

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад с. Дубовый Мыс»

Принята на заседании	Утверждаю
Педагогического совета	М.П. «_____» _____ 2020 г.
ПРОТОКОЛ № 1	М.П. «_____» _____ 2020 г.
От 08.07.2020	Онуфриева Н.П.
	от 08.07.2020 г.



Рабочая программа
по физическому развитию детей средней
группы на 2020-2021 учебный год

Выполнил: Расторгуев Леонид Петрович
инструктор по физической культуре

с. Дубовый Мыс 2020 г.

Содержание

1.Целевой раздел

1.1Пояснительная записка.

1.1.1 Цель и задачи образовательной программы.

1.1.2 Принципы и подходы к организации ОД.

1.1.3 Возрастные особенности развития детей.

1.1.4 Характеристики значимые для разработки и реализации Программы.

1.2 Планируемые результаты освоения программы.

2. Содержательный раздел.

2.1 Содержание психолого-педагогической работы.

2.2 Интеграция ОО «Физическое развитие» с другими ОО.

2.3 Методы и формы, способы и структура организации работы.

2.4 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

2.5 Способы и направления поддержки детской инициативы.

2.6 Взаимодействие с семьями воспитанников.

2.7 Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей.

3. Организационный раздел.

3.1 Материально техническое обеспечение.

3.2 Учебно-методическое обеспечение

3.3 Перспективное планирование ООД по физической культуре.

3.4 Сетка расписания ООД.

3.5 Культурно досуговая деятельность по ОО «Физическое развитие».

3.6 Годовой учебный график на 2019-2020 учебный год.

3.7 Учебный план на 2020-2021 учебный год

1. Целевой раздел.

1.1 Пояснительная записка

Важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование методов и средств, которые будут способствовать функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности и формированию защитных функций к неблагоприятным факторам внешней среды.

Основанием для разработки программы на являются:

- ФЗ Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ);
- ФГОС стандарт ДО (утвержден приказом Минобрнауки РФ от 17.10.2013 г. №1155);
- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15);
- с использованием Образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы»;

под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, 4-е изд., испр. и доп. - М.: Мозаика-Синтез, 2015г.;

- ООП МАДОУ «Детский сад с. Дубовый мыс».

В данной программе представлена модель ООД, разработанная на основе возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей средней группы.

Образовательная деятельность осуществляется на русском языке. Этнический состав семей воспитанников в основном имеет однородный характер (русскоязычные семьи). Сроки реализации программы с 01. 09 2019г. по 31.05.2020г.

1.1.1 Цели и задачи программы.

Цели: полноценное физическое, личностное, интеллектуальное развитие ребенка дошкольника, его физических способностей, «здорового духа» через организацию физической деятельности.

Задачи:

- охрана и укрепление здоровья детей;
- формирование необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- обеспечение физического и психического благополучия.

1.1.2 Принципы и подходы к организации ОД:

- научности (подкрепление оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками);
- развивающего обучения и интеграции;
- систематичности и последовательности;
- индивидуально-личностной ориентации воспитания;
- доступности;
- результативности.

1.1.3 Возрастные особенности развития детей.

В игровой деятельности у детей появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунки у воспитанников стали предметными и детализированными. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и деталей. Усовершенствовалась техническая сторона изобразительной деятельности. Дети научились рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т.д.

Усовершенствовалось и конструирование. Постройки включают в себя уже 5 – 6 деталей.

Восприятие детей стало более развитым. Практически все дети называют форму, на которую похож тот или иной предмет, умеют вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздают сложные объекты. Дети упорядочивают группы предметов по сенсорному признаку – величине, цвету; выделяют такие параметры, как высота, длина и ширина. Усовершенствовалась и ориентация в пространстве.

У детей увеличился объем памяти. Начинает развиваться образное мышление. Продолжает развиваться воображение. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

У воспитанников улучшилось произношение звуков и дикция. Речь стала предметом активности детей. Развивается грамматическая сторона речи.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм.

1.1.4 Характеристики значимые для разработки и реализации Программы.

При разработке программы учитывались следующие значимые характеристики:

Климатические.

Особенности осуществления образовательной деятельности строятся в соответствии с климатическими условиями Дальневосточного региона. График образовательной деятельности составляется в соответствии с выделением двух периодов:

- холодный период: учебный год (сентябрь-май);
- летний период: оздоровительный (июнь-август).

При планировании работы с детьми учитываются следующие факторы: смена сезонных явлений и интенсивность их протекания; длительность светового дня; погодные условия.

Культурно - созидательная среда Организации способствует определению путей опережающего влияния образования на жизнь дошкольников посредством выращивания культурно-образовательных образцов.

Преимуществом в работе групп МАДОУ «Детский сад с. Дубовый Мыс

1. Взаимопосещение воспитателями занятий с детьми.

2. Планирование и осуществление совместной практической деятельности педагогов ДОУ.

Количественный состав группы:

- 20 воспитанников (мальчиков 8, девочек 12).

Национальный состав детей средней группы русские-100%.

Все дети 2 группы здоровья.

1.2 Планируемые результаты освоения программы

Специфика дошкольного детства не позволяет требовать от ребенка достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

В программе, как и в Стандарте, целевые ориентиры даются для детей старшего дошкольного возраста (на этапе завершения дошкольного образования).

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно- исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Педагогическая диагностика достижения детьми планируемых результатов.

Педагогическая диагностика основана на методе наблюдения, связанном с оценкой эффективности педагогических действий с целью их оптимизации. Результаты наблюдений фиксируются в картах развития ежемесячно (см. приложение №1). Мониторинг проводится 2 раза в год (начало и конец учебного года) с использованием диагностических материалов Афонькиной Ю.А. Комплексная оценка результатов освоения программы "От рождения до школы" под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой: диагностический журнал М.: Мозаика- Синтез, 2014г. (см. приложение №2)

2. Содержательный раздел.

2.1 Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическое развитие».

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека;

- дать представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека;
- расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания, питания;
- познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь»;
- развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма;
- формировать умение обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.
- воспитывать потребность быть здоровым.

Физическая культура:

- формировать правильную осанку.
- развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног;
- приучать к выполнению действий по сигналу;
- упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения;
- закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы;
- закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве;
- формировать умение прыгать через короткую скакалку;
- закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди);
- развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.;
- закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры;
- приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

2.2 Интеграция ОО «Физическое развитие» с другими ОО.

Образовательная область	Задачи
«Социально-коммуникативное развитие»	Развивать игровой опыт совместной игры, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.
«Художественно-эстетическое развитие»	Развивать музыкально-ритмическую деятельность на основе физических качеств и основных движений детей.
«Речевое развитие»	Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в играх.
«Познавательное»	Обогащать знания о видах спорта. Развивать

развитие»	интерес к изучению себя и своих физических возможностей. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
-----------	--

2.3 Методы, формы, способы и структура организации работы.

Методы:

словесный (беседа, объяснение, оценка, команда), игровой метод, наглядный (имитация, использование ориентиров), соревновательный.

Формы:

физкультурные занятия, спортивные праздники, физкультурные досуги и развлечения.

Формы проведения ООД:

- занятия по традиционной схеме;
- игровые занятия (состоящие из подвижных игр);
- занятия-тренировки в основных видах движений;
- занятия-соревнования;
- интегрированные занятия.

Способы, применяемые в ОО «Физическое развитие»:

- фронтальный (применяется при обучении ходьбе, бегу, в ОРУ, в различных заданиях с мячом);
- поточный (дети передвигаются друг за другом, выполняя упражнение) способ позволяет корректировать действия детей, устранять ошибки, оказывать страховку (используется для закрепления пройденного материала).
- групповой (дети по указанию инструктора распределяются на группы для выполнения задания).
- индивидуальный (дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности).

Структура ООД.

Занятие состоит из 3 частей:

- Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части. Она включает в себя основные виды движений.
- Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.
- Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

2.4 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

В основу реализации построения Программы положен календарь праздников, который обеспечивает:

- «проживание» ребенком содержания ДО во всех видах детской деятельности;
- социально-личностную ориентированность и мотивацию всех видов детской деятельности в ходе подготовки и проведения праздников;
- поддержание эмоционально-положительного настроения ребенка;
- многообразие форм и проведение праздников;

- выполнение функции сплочения общественного и семейного дошкольного образования.

Культурно досуговая деятельность на 2020-2021г.		
Дата	Название и форма проведения мероприятия	Задачи
сентябрь	Развлечение «Путешествие по стране знаний»	Развивать смелость и ловкость; воспитывать интерес к разным видам двигательной деятельности и стремления прийти на помощь.
октябрь	Физкультурный досуг «Три богатыря»	Развивать ловкость и выносливость; совершенствовать двигательные навыки; воспитывать умение играть в команде; прививать интерес к РНИ.
ноябрь	Развлечение «Салки с домиками»	Развивать творчество и выразительность подражательных движений; способствовать эмоциональному развитию детей через двигательную игровую деятельность.
декабрь	Физкультурный досуг «Два мороза»	Повысить интерес к физической культуре; в игровой форме развивать основные физические качества.
январь	Музыкально-спортивное развлечение «Мы спортсмены»	Совершенствовать двигательные умения и навыки; развивать ловкость, быстроту и умение работать в паре.
февраль	Праздник «Сильные и смелые, ловкие умелые»	Способствовать укреплению здоровья детей; повышать эмоциональный настрой; воспитывать чувство патриотизма.
март	Музыкально-спортивное развлечение «Масленица»	Развивать ловкость и выносливость; стимулировать активность детей; прививать интерес к спорту.
апрель	Музыкально-спортивное мероприятие «Мы космонавты!»	Способствовать эмоциональному развитию детей через двигательную игровую деятельность; прививать любовь к спорту.
май	Музыкально-спортивный праздник «Бравые солдаты»	Развивать основные физические качества; воспитывать чувство товарищества и уважения к защитникам отечества при проведении спортивных игр.
июнь	Музыкально-спортивное развлечение «День защиты детей»	Формировать умение выполнять знакомые движения легко и свободно; способствовать формированию положительных эмоций к окружающему миру.
июль	Музыкально-	Создавать веселое настроение; укреплять

	спортивное развлечение «Мыльные пузыри»	здоровье детей с помощью физических упражнений и игр на свежем воздухе.
август	Музыкально- спортивное развлечение «До свидания лето!»	Развивать основные физические качества; воспитывать умение играть в команде; прививать интерес и любовь к спорту.

Формы подготовки и реализации тем носят интегративный характер, то есть позволяют решать задачи психолого-педагогической работы нескольких образовательных областей.

2.5 Способы и направления поддержки детской инициативы.

- создание предметно-пространственной среды;
- организация практической деятельности детей и взрослых;
- творческое сотрудничество педагогов, детей и родителей;
- социокультурное окружение.

Указанные требования направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, которая:

- гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;
- обеспечивает эмоциональное благополучие детей;
- способствует профессиональному развитию педагогических работников;
- создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

2.6 Взаимодействие с семьями воспитанников.

В современных условиях ДОО является единственным общественным институтом, регулярно и неформально взаимодействующим с семьей.

Принципы взаимодействия с семьями воспитанников:

- единый подход к процессу воспитания ребенка;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье.
- равная ответственность родителей и педагогов.

Задачи:

- приобщение родителей к участию в жизни группы
- оказание помощи семьям воспитанников в формировании физической культуры у детей;
- изучение и пропаганда лучшего семейного опыта.

Система взаимодействия с родителями включает:

Участие родителей	Формы	Периодичность
В просветительской деятельности	Наглядная информация: фоторепортажи из серии «Мы спортсмены», памятки о ПБП при организации спортивных игр; Консультации: «Здоровый образ жизни», «О здоровой пище и	По годовому плану

	витаминах», «По запросу родителей»	
В воспитательно-образовательном процессе	Совместные праздники, развлечения.	По годовому плану

2.7 Образовательная деятельность по профессиональной коррекции нарушений развития детей.

В 2020-2021 учебном году дети инвалиды и с ОВЗ ДОУ не посещают.

3. Организационный раздел.

3.1 Материально техническое обеспечение.

Для повышения интереса детей к занятиям физической культурой и предоставления им возможности упражняться во всех видах движений, в детском оборудована спортивная комната и площадка на прогулочном участке. Имеется спортивный инвентарь для обучения прыжкам, метанию, лазанию, упражнений в равновесии и координации движений, нетрадиционное оборудование для ОРУ.

3.2 Учебно-методическое обеспечение.

1. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
2. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. Э.Я. Степаненкова. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.
3. «Спортивные праздники и развлечения»: В.Я. Лысова, АРКТИ 2000г.
4. Дидактический материал: «Виды спорта», «Детям о здоровье», «Зимние забавы».
5. Памятки для родителей и педагогов «Безопасность на прогулке»

3.3 Перспективное планирование ООД по физической культуре.

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	ПИ	
		2—3 минуты	12—14 минут			2—3 минут
Сентябрь						
1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании	Построение в шеренгу, проверка равнения (обычно используется какой-либо ориентир - шнуры, квадраты и т. д.). Упражнения в	ОРУ без предметов.	1.Упражнения в равновесии - ходьба и бег между двумя предметами. 2.Прыжки.	«Найди себе пару» «Автомобили»	Ходьба в колонне по одному, помахивая платочком над головой.

	двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании.	ходьбе и беге чередуются.				
2	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Перестроение в три колонны.	ОРУ с флажками.	1.Прыжки «Достань до предмета». 2.Прокатывание мячей друг другу.	«Самолеты» .	Ходьба в колонне по одному.
3	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, ползание под дугой.	Перестроение в круг. Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег врассыпную.	ОРУ с мячом.	1.Прокатывание мяча друг другу двумя руками. 2.Ползание под шнур, не касаясь руками пола.	«Огуречик, огуречик»	Ходьба в колонне по одному; ходьба на носках, с различными положениями рук в чередовании с обычной ходьбой.
4	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Построение в 2 колонны. Ходьба в колонне по одному, по сигналу.	ОРУ с малыми обручами.	1.Равновесие: ходьба по доске. 3.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. 2.Лазанье под шнур (дугу) с опорой на ладони и колени.	«У медведя во бору».	И.М.П. «Где постучал и?»

1	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	Ходьба в колонне по одному. Упражнения в перешагивании и (перепрыгивании).	ОРУ с лентой.	1.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета. 2.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке.	«Кот и мыши».	Ходьба в колонне по одному на носках, как мышки, за «КОТОМ».
2	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу,	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по дорожке, ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	ОРУ без предметов.	1.Прокатывание мячей друг другу 2.Прыжки - перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах	«Найди свой цвет!» «Автомобили»	И.М.П. «Автомобили поехали в гараж»
3	Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.	Ходьба с выполнением различных заданий	ОРУ без предметов.	1.Прокатывание мяча между 4-5 предметами. 2.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	«Догонялки»	Ходьба в колонне по одному.
4	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с перешагиванием через бруски Упражнения в ходьбе и беге Построение в круг	ОРУ с мячом.	1.Лазанье под дугу 2.Прыжки на двух ногах 3.Подбрасывание мяча двумя руками	«У медведя во бору»	И.М.П. «Угадай, где спрятано»

Ноябрь						
1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. Повторить 2-3 раза. Построение около кубиков.	ОРУ с кубиком.	1.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке. 2.Прыжки на двух ногах. 3.Бросание мяча вверх и ловля его двумя.	Подвижная игра «Салки»	И.М.П. «Найди и промолчи»
2	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Ходьба и бег врассыпную; ходьба на носках, «как мышки».	ОРУ без предметов.	1.Прыжки на двух ногах через 5-6 линий. 2.Прокатывание мячей друг другу. 3.Перебрасывание мяча друг другу.	Подвижная игра «Самолеты»	Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолеты»
3	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя изменить направление ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег врассыпную.	ОРУ с мячом.	1.Броски мяча о землю и ловля его двумя руками 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 3. Ползание в шеренгах в прямом направлении	Подвижная игра «Лиса и куры»	3 часть. Ходьба в колонне по одному.

				с опорой на ладони и ступни. 4. Прыжки на двух ногах.		
4	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег враспынную - по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу	ОРУ с флажками.	1.Ползание по гимнастической скамейке на животе. 2.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. 3.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 4.Прыжки на двух ногах до кубика.	Подвижная игра «Цветные автомобили»	Ходьба в колонне по одному.

Декабрь						
1	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию	Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег враспынную по сигналу-перестроение в колонну.	ОРУ с платочком.	1.Равновесие. 2.Прыжки через 4-5 брусков. 3.Прокатывание мяча между 4-5 предметами.	Подвижная игра «Лиса и куры»	И.М.П. «Найдем цыпленка»

	движений в прыжках через препятствие.					
2	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Ходьба и бег в колонне по одному. Построение в шеренгу.	ОРУ с мячом.	1.Прыжки со скамейки. 2.Прокатывание мяча между предметами. 3.Бег по дорожке (ширина 20 см).	Подвижная игра «У медведя во бору»	И.М.И. по выбору детей
3	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную.	ОРУ без предметов.	1.Перебрасывание мячей друг другу 2.Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через кубы.	Подвижная игра «Зайцы и волк»	И.М.П. «Где спрятался зайка?»
4	Упражнять в выполнении действий по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную.	ОРУ с кубиками.	1.Ползание по гимнастической скамейке на животе, с опорой на ладони и колени. 2.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке. 3. Прыжки на двух ногах.	Подвижная игра «Птички и кошка»	Ходьба в колонне по одному.

Январь						
2	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках. Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловля его двумя руками.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами. Ходьба в колонне по одному.	ОРУ с обручем	1.Равновесие-ходьба по канату. 2.Прыжки на двух ногах. 3.Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.	Подвижная игра «Кролики»	И.М.И. «Найдем кролика!» .
3	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. Отбивание малого мяча одной рукой о пол, равновесие-ходьба на носках между предметами.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег врассыпную.	ОРУ с мячом.	1.Прыжки с гимнастической скамейки. 2.Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м (способ - двумя руками снизу) (по 10-12 раз).	Подвижная игра «Найди себе пару»	Ходьба в колонне по одному.
4	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках. Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловля его двумя руками.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами Ходьба в колонне по одному.	ОРУ с обручем.	1.Равновесие-ходьба по канату. 2.Прыжки на двух ногах. 3.Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.	Подвижная игра «Кролики»	И.М.П. «Найдем кролика!» .

Февраль						
1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, с перешагиванием через предметы, в равновесии; повторить задание в прыжках, в прыжках через шнур, в перебрасывании мяча друг другу.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, 5-6 штук (кегли поставлены на расстоянии двух шагов ребенка); ходьба и бег врассыпную. Построение в три колонны.	ОРУ без предметов.	1.Равновесие. 2.Прыжки через бруски. 3. Ходьба, перешагивая через кубы. 4. Прыжки через шнур, 5.Перебрасывание мячей друг другу.	Подвижная игра «Котят и щенята»	И.М.П. по выбору детей.
2	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами, в прыжках на двух ногах через шнуры, в прокатывании мяча друг другу.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Аист!» - остановиться, поднять ногу, согнутую в колене, руки в стороны и некоторое время удерживать равновесие, затем продолжить ходьбу. На сигнал педагога: «Лягушки!» - дети приседают на корточки, кладут руки на колени.	Общеразвивающие упражнения на стульях.	1.Прыжки из обруча в обруч. 2.Прокатывание мячей между предметами. 3.Прыжки на двух ногах. 4.Прокатывание мячей друг другу 5. Ходьба на носках.	Подвижная игра «У медведя во бору»	Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет.
3	Упражнять детей в прыжках на	Ходьба в колонне по	ОРУ с мячом.	1.Перебрасывание мячей	Подвижная игра	Ходьба в колонне

	двух ногах через шнуры, в прокатывании мяча друг другу в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	одному; по сигналу воспитателя дети переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег в рассыпную. Ходьба и бег в чередовании.		друг другу. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 3. Метание мешочков в вертикальную цель. 4. Прыжки на двух ногах между предметами.	«Воробышек и автомобиль».	по одному.
4	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии, в прыжках на правой и левой ноге.	Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег в рассыпную по всему залу, перестроение в ходьбе в колонну по одному.	ОРУ с гимнастической палкой.	1. Ползание по гимнастической скамейке. 2. Равновесие 3. Прыжки на правой и левой ноге	Подвижная игра «Перелет птиц»	Ходьба в колонне по одному.

Март						
1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге	Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег в рассыпную с остановкой	ОРУ без предметов.	1. Ходьба на носках между 4-5 предметами. 2. Прыжки через шнур	Подвижная игра «Перелет птиц»	И.М.П. «Найди и промолчи».

	враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	по сигналу воспитателя.		справа и слева. 3.Прыжки на двух ногах через скакалку.		
2	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде; в прыжках в длину с места, в бросании мячей; повторить ходьбу и бег враспынную. Упражнять в прокатывании мячей друг другу.	Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег враспынную.	ОРУ с обручем.	1.Прыжки в длину с места. 2.Перебрасы вание мячей через шнур двумя руками из-за головы. 3.Прокатыва ние мяча друг другу.	Подвижная игра «Бездомный заяц»	Ходьба в колонне по одному.
3	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке, с опорой на колени и ладони. Упражнять детей в равновесии.	ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде; переход на обычную ходьбу.	ОРУ с мячом.	1.Прокатыва ние мяча между предметами. 2. Ползание по гимнастичес кой скамейке на животе. 3.Ходьба по скамейке с мешочком на голове.	Подвижная игра «Самолеты» .	И.М.П. «Найдем зайку»
4	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, с остановкой по сигналу; повторить ползание по	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную, по сигналу воспитателя.	ОРУ с флажками.	1. Ползание по гимнастичес кой скамейке. 2.Равновеси е. 3. Прыжки	Подвижная игра «Охотник и зайцы»	И.М.П. «Море волнуется »

	скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках. Упражнять в лазании по гимнастической стенке.			через шнур. 4. Лазанье по гимнастической стенке. 5. Ходьба по доске, лежащей на полу.		
--	--	--	--	---	--	--

Апрель						
1	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге враспынную; повторить задания в равновесии и прыжках.	Ходьба в колонне по одному, с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой. После того как последний в колонне ребенок выполнит перешагивание через бруски, подается команда к бегу.	ОРУ без предметов.	1. Равновесие. 2. Прыжки на двух ногах через препятствия.	Подвижная игра «Пробеги тихо».	И.М.П. «Угадай по голосу».
2	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег враспынную.	ОРУ с лентами.	1. Прыжки в длину с места. 2. Метание мешочков в горизонтальную цель. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча одной рукой.	Подвижная игра «Лиса и гуси».	Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг.
3	Упражнять в	Ходьба в	ОРУ с	1. Метание	Подвижная	Ходьба в

	ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками-«крылышкам и». Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	мячом.	мешочков на дальность 2. Ползание по гимнастической скамейке. 3. Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м.	игра «Совушка».	колонне по одному.
4	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег враспынную; по сигналу воспитателя: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу: «Мышки!» - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании.	ОРУ с косичкой.	1.Равновесие. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Прыжки на двух ногах между предметами.	Подвижная игра «Птички и кошка».	И.М.П. «Лево-право»

1	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. Упражнять в прокатывании мяча между кубиками.	Ходьба и бег парами, ходьба и бег врассыпную. Перестроение в три колонны.	ОРУ без предметов.	1.Ходьба по доске (ширина 15 см). 2. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров. 3.Прокатывание мяча (большой диаметр) между кубиками.	Подвижная игра «Котята и щенята»	И.М.П. по выбору детей.
2	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Ходьба и бег врассыпную по всему залу.	ОРУ с кубиком.	1.Прыжки в длину с места через шнур. 2.Перебрасывание мячей друг другу. 3. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой).	Подвижная игра «Котята и щенята»	Ходьба в колонне по одному.
3	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. Прыжки через короткую скакалку	Ходьба в колонне по одному бег врассыпную.	ОРУ с палкой.	1.Метание в вертикальную цель. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи». 4. Прыжки через короткую скакалку.	Подвижная игра «Зайцы и волк»	И.М.П. «Найдем зайца»
4	Повторить ходьбу и бег с выполнением	Ходьба в колонне по одному	ОРУ с мячом.	1.Равновесие-ходьба по скамейке с	Подвижная игра «У медведя во	Ходьба в колонне по

	заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках, в лазании на гимнастической стенке.	бег в колонне по одному.		мешочком на голове. 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева. 3. Лазанье по гимнастичес кой стенке. 2. Равновеси е - ходьба по доске.	бору»	одному.
--	--	-----------------------------	--	--	-------	---------

3.4 Сетка-расписания ООД.

Дни недели	Время проведения
Понедельник	9.30-9.50
Среда	9.30-9.50
Пятница	9.30-9.50

3.5 Годовой учебный график на 2020-2021 учебный год

Режим работы	7.45 -17.45	
Выходные	Суббота, воскресенье, праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации	
Продолжительность учебного года	Начало учебного года	01.09.2020
	Окончание учебного года	31.05.2020
Количество недель в учебном году (продолжительность учебного года)	38 недель	
Адаптационный период для детей 1г.6м. до 2л.	С 01.08.2020г. по 01.09.2020г	
Диагностика качества освоения программного материала воспитанниками	С 21.09.2020г. по 30.09.2020г.	
Итоговая диагностика качества освоения программного материала воспитанниками	С 21.05.2021г. по 31.05.2021г.	
Сроки проведения каникул, их начало и окончание;	Зимние каникулы с 01.01.2021 по 11.01.2021 Дни здоровья – три раза в год	

Дни здоровья	
Праздничные дни	4 ноября – День народного единства 01.01.2021 – 08.01.2021 – новогодние каникулы 23 февраля – День защитника Отечества 8 марта – международный женский день 1 мая – Праздник весны и труда 9 мая – День Победы 12 июня – День России
Работа ДОУ в летний период	01.06.2021 по 31.08.2021г.

3.6 Учебный план на 2020-2021 учебный год

Образовательная область	Базовый вид деятельности	Средняя группа	
		Кол-во в неделю	Кол-во в год
Физическое развитие	Физическая культура в помещении	2	72
	Физическая культура на воздухе	1	36

