

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 74 комбинированного вида
Выборгского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №74 Выборгского
района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 30.08.2024

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детский сад №74
Выборгского района Санкт-Петербурга
_____ Безрученко Г.Д.
Приказ № 116 п.5 от 30.08.2024

С учетом мнения Совета родителей
ГБДОУ детский сад №74 Выборгского
района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 30.08.2024

Рабочая программа
инструктора по физической культуре
Стельмаховой Елены Александровны
для групп компенсирующей направленности (дети от 3-х до 7-х лет)
на 2024-2025 учебный год

Санкт-Петербург
2024 год

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

Содержание	Страница
1. Целевой раздел	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цели и задачи программы	4
1.3. Специфические принципы и подходы к формированию программы для обучающихся с ТНР	5
1.4. Значимые для разработки и реализации программы характеристики	6
1.5. Планируемые результаты освоения АОП, представленные в виде целевых ориентиров в соответствии с особенностями психофизического развития ребенка с ТНР	7
1.6. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по программе	8
1.7. Целевой раздел части, формируемой участниками образовательных отношений	9
2. Содержательный раздел	10
2.1. Описание образовательной деятельности обучающихся с ТНР	10
2.2. Основное содержание образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие» с детьми среднего дошкольного возраста (от 3 до 5 лет).	12
2.3. Основное содержание образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие» с детьми старшего дошкольного возраста (от 5 до 7 лет).	14
2.4. Взаимодействие педагогических работников с детьми	16
2.5. Особенности взаимодействия с родителями (законными представителями), семьями обучающихся с ТНР в рамках ОО «Физическое развитие»	18
2.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	19
3. Организационный раздел	20
3.1. Основные компоненты режима дня в ДООУ	20
3.2. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка с ТНР	20
3.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды с учетом ФАОП ДО для детей с ТНР	21
3.4. Развернутое планирование освоения основных движений «Физическое развитие» для детей с тяжелыми нарушениями речи 3-7 лет	23
3.5. Перспективное планирование физкультурных досугов, развлечений и праздников на 2024-2025 учебный год	27
3.6. Развернутое планирование образовательной деятельности.	28
3.7. Методическое обеспечение коррекционно-развивающей работы	82
Приложение	83

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по физической культуре для групп компенсирующей направленности (дети от 3-х до 7-х лет) разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023).

3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (актуальная ред. от 14.07.2022) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», (ред. от 28.04.2023).

4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

8. Приказ Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии».

10. Устав ГБДОУ

11. Основная образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ д/с № 74.

12. Адаптированная образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ д/с № 74.

В ФАОП ДО для ТНР определены единые для Российской Федерации базовые объемы содержания ДО, осваиваемые обучающимися в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, и планируемые результаты освоения образовательной программы. Содержание и планируемые результаты разрабатываемых в ДОО образовательных программ (в том числе и рабочих программ педагогов) должны быть не ниже соответствующих содержания и планируемых результатов Федеральной программы. Образовательная программа ДОО (рабочие программы педагогов) в соответствии с ФГОС ДО и ФАОП ДО для ТНР содержит целевой, содержательный, организационный разделы.

Расшифровка применяемых в тексте обозначений и сокращений

РП рабочая программа

ИФК инструктор по физической культуре

ОВД основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, ползание, ланье, катание, ловля)

ОРУ общеразвивающие упражнения

ЗОЖ – здоровый образ жизни

ПИ – подвижные игры

РППС – развивающая предметно-пространственная среда

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

Целостность программы обеспечивается включением основных направлений педагогического процесса в ГБДОУ (диагностического, коррекционного, развивающего и др.) Представленная в программе система работы позволяет не только осуществлять коррекционное воздействие на речевую функцию воспитанников, способствовать совершенствованию коммуникативных умений и навыков детей, но также дает возможность воздействовать на их физическое развитие, формировать базовые основы культуры личности, развивать интеллектуально-волевые качества и психические процессы.

Дети с тяжелыми нарушениями речи – это особая категория детей с нарушениями всех компонентов речи при сохранном слухе и первично сохранном интеллекте. К группе детей с тяжелыми нарушениями речи относятся дети с фонетико-фонематическим недоразвитием речи при дислалии, ринолалии, легкой степени дизартрии; с общим недоразвитием речи всех уровней речевого развития при дизартрии, ринолалии, алалии и т.д., у которых имеются нарушения всех компонентов языка.

Дошкольники с тяжелыми нарушениями речи отстают от нормально развивающихся детей в воспроизведении двигательных заданий по пространственно-временным параметрам. Отмечается ряд закономерностей в отставании их физического развития.

- гиперили гиподинамия;
- мышечная напряженность или снижение мышечного тонуса;
- нарушение общей моторики, особенно ациклических движений (лазание, прыжки в длину, метание);
- нарушение ручной моторики;
- общая скованность и замедленность выполнения движений;
- дискоординация движений;
- несформированность функций равновесия;
- недостаточное развитие чувства ритма;
- нарушение ориентировки в пространстве;
- замедленность процесса освоения новых движений;
- нарушение осанки, плоскостопие;
- заметное отставание в показателях основных физических качеств: силы, ловкости, скорости.

Таким образом, возникает необходимость корректировать отставание физического развития при помощи средств физической культуры.

Дополнительные трудности в овладении связной речью обусловлены наличием у детей вторичных отклонений в развитии психических процессов – восприятия, памяти, внимания, навыков конструктивной деятельности и эмоционально – волевой сферы.

Программа разработана с учетом федеральной образовательной программы дошкольного образования (далее ФОП), федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования (далее ФАОП) и основной общеобразовательной программы образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 91 Красносельского района Санкт-Петербурга, Уставом ГБДОУ № 462-р от 21.04.2023 г. Программа содержит материал для организации коррекционно-развивающей деятельности с обучающимися старшего дошкольного возраста (5-7 лет) с ТНР. Программой предусматривается разностороннее развитие детей, коррекция недостатков в их речевом развитии, а также профилактика вторичных нарушений, развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности.

1.2. Цель и задачи программы

Целью реализации Программы является создание условий для становления у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) – тяжелыми нарушениями речи (далее ТНР) ценностей здорового образа жизни; приобретения

двигательного опыта и совершенствования двигательной активности; коррекция речедвигательных нарушений.

Доступное и качественное образование обучающихся достигается через решение следующих **задач**:

- реализация содержания АОП ДО;
- коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ТНР;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся, в том числе их эмоционального благополучия;
- формирование физической культуры личности обучающихся с ТНР;
- формирование представлений о здоровом образе жизни обучающихся с ТНР;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья обучающихся с ТНР;
- автоматизирование у обучающихся с ТНР поставленных звуков в изолированных звучаниях (мотор гудит «р-р-р»), сдувается мяч «с-с-с», и т.д.) и в словах;
- закрепление у обучающихся с ТНР использование поставленных звуков в спонтанной речи (проговаривание слов в подвижных и хороводных играх);
- развитие в упражнениях чувства ритма у обучающихся с ТНР;
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного и начального общего образования.

1.3. Специфические принципы и подходы к формированию программы для обучающихся с ТНР

Исходя из ФГОС ДО учитываются:

- 1) индивидуальные потребности ребенка с тяжелыми нарушениями речи, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования (далее — особые образовательные потребности), индивидуальные потребности детей с тяжелыми нарушениями речи;
- 2) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 3) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, когда сам ребенок становится полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) возможности освоения ребенком с нарушением речи программы на разных этапах ее реализации;
- 5) специальные условия для получения образования детьми с ТНР, в том числе использование специальных методов, методических пособий и дидактических материалов, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий и осуществления квалифицированной коррекции нарушений их развития.
- 6) Сотрудничество с семьей.

Специфические принципы и подходы к формированию АОП для обучающихся с ТНР:

1. Сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование обучающихся: ГБДОУ устанавливает партнерские отношения не только с семьями обучающихся, но и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать удовлетворению особых образовательных потребностей обучающихся с ТНР, оказанию психолого-педагогической поддержки.

2. Индивидуализация образовательных программ дошкольного образования обучающихся с ТНР: предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса и учитывает его интересы, мотивы, способности и психофизические особенности.

3. Развивающее вариативное образование: принцип предполагает, что содержание образования предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и ближайшего развития ребенка, что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.

4. Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей: программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие обучающихся посредством различных видов детской активности. Деление АОП на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие обучающихся с ТНР тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое

- с познавательным и речевым. Содержание образовательной деятельности в каждой области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития обучающихся с ТНР дошкольного возраста;

5. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей (право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих разнородность состава групп обучающихся, их психофизических особенностей, запросов родителей (законных представителей)).

Коррекционно-развивающая психолого-педагогическая работа должна быть направлена на:

1) преодоление нарушений развития различных категорий детей с ТНР, оказание им квалифицированной помощи в освоении программы;

2) разностороннее развитие детей с ТНР с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, социальной адаптации.

Программа строится на основе принципов дошкольного образования, изложенных в ФГОСДО:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного),

- обогащение (амплификация) детского развития;

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок проявляет активность в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;

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

- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

- сотрудничество организации с семьями;

- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития); учет этнокультурной ситуации развития детей.

1.4. Значимые для разработки и реализации программы характеристики.

Особенности развития детей с тяжелыми нарушениями речи выражаются также в виде соматической ослабленности и замедленного развития локомоторных функций. Для них характерно и некоторое отставание развития двигательной сферы, выражающееся в

недостаточной координации движений, низкой скорости и ловкости их выполнения. Наиболее трудным является выполнение движений в соответствии со словесной инструкцией из-за недостаточной координации пальцев кисти рук и уровня развития мелкой моторики.

У детей с ТНР заметны отклонения в эмоционально-волевой сфере: им свойственны частая смена интересов, ненаблюдательность, низкая мотивация, негативное восприятие, неуверенность в собственных возможностях, высокий уровень раздражительности и агрессии, обидчивость, проблемы в общении и установлении контактов с окружающими. Подобные нарушения выражаются также в затрудненном формировании саморегуляции и самоконтроля.

Помимо коррекции речи, занятия со специалистами направлены на развитие памяти, внимания, мышления, общей и мелкой моторики. При грамотном подходе дети способны овладеть устной и письменной речью, а также многими другими необходимыми для успешного обучения в школе и общения со сверстниками навыками.

Невысокие показатели характеризуют долговременную и кратковременную память. Значительно снижена способность к непрерывному запоминанию, при этом наглядный материал удерживается в памяти лучше, чем вербальный. Наблюдаются трудности в процессах поэтапного формирования умственных действий и обобщения, низок уровень умственной работоспособности. Своеобразно поведение и психическое развитие детей данной категории. Им присущи повышенная возбудимость, эмоциональная неустойчивость, негативизм, раздражительность. И наоборот, некоторым детям свойственны заторможенность, апатичность, чувство ущемленности и неполноценности от сознания своего дефекта. Также нарушается произвольная регуляция. Дети не способны к длительным волевым усилиям, из-за речевых недостатков заметно затруднено общение со сверстниками.

Дошкольники с тяжелыми нарушениями речи отстают от нормально развивающихся детей в воспроизведении двигательных заданий по пространственно-временным параметрам.

Отмечается ряд закономерностей в отставании их физического развития:

- гипер или гиподинамия;
- мышечная напряженность или снижение мышечного тонуса;
- нарушение общей моторики, особенно ациклических движений (лазание, прыжки в длину, метание);
- нарушение мелкой моторики;
- общая скованность и замедленность выполнения движений;
- несформированность функций равновесия;
- недостаточное развитие чувства ритма;
- нарушение ориентировки в пространстве;
- замедленность процесса освоения новых движений;
- нарушение осанки, плоскостопие;
- заметное отставание в показателях основных физических качеств: силы, ловкости, скорости.

1.5. Планируемые результаты освоения АОП, представленные в виде целевых ориентиров в соответствии с особенностями психофизического развития ребенка с ТНР.

В соответствии с ФГОС специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка с ТНР к концу дошкольного образования.

Педагог (инструктор по физической культуре) в образовательной деятельности ОО «Физическое развитие» с обучающимися с ТНР:

- способствует коррективки недостатков психофизического развития обучающихся с ТНР;

- способствует укреплению физического и психического здоровья обучающихся с ТНР;
- формирует представления о здоровом образе жизни обучающихся с ТНР;
- обеспечивает психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей с ТНР;
- оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет страховку, поощряет стремление обучающегося соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

К пяти годам:

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;
- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру; ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей.
- имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремится их соблюдать.

Целевые ориентиры на этапе завершения обучения Программы.

К шести годам:

- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;
- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру; ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей.
- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремится их соблюдать.

Целевые ориентиры на этапе завершения обучения Программы.

К семи годам:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие упражнения, основные движения и играет в спортивные игры), участвует в туристических

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D168

пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;

- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; проявляет моральноволевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;

- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его; владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям.

1.6. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности

Первичное выявление детей с ТНР проводится в образовательной организации посредством диагностического обследования в рамках работы ППк, где принимается решение о необходимости прохождения ТПМПК в целях проведения комплексного обследования детей с ТНР. ТПМПК подготавливает рекомендации по оказанию детям психолого-медико-педагогической помощи, организации их обучения и воспитания. На основании рекомендаций ТПМПК педагоги ГБДОУ разрабатывают индивидуальный образовательный маршрут (ИОМ) для ребёнка с ТНР, в котором отражены перспективы работы с ребенком на учебный период. После разработки образовательного маршрута педагоги образовательной организации реализуют его и ведут динамическое наблюдение за развитием ребенка. По мере реализации, содержание образовательного маршрута уточняется и корректируется в рамках работы ППк. ИОМ определяет формы получения ребенком дошкольного образования, режим пребывания в образовательной организации, объём и содержание основных направлений психолого-педагогического сопровождения, стратегию и тактику коррекционно-развивающей работы с детьми.

1.7. Целевой раздел части, формируемой участниками образовательных отношений Направление деятельности специалистов при работе с детьми ТНР

Коррекционно-развивающую работу в группе комбинированной направленности осуществляют:

- специалисты: учитель-логопед, педагог-психолог, организующие индивидуальную и подгрупповую работу с обучающимися, имеющими ТНР;

- воспитатели, организующие и осуществляющие индивидуальную коррекционную работу с воспитанниками с ТНР по заданию специалистов: учителя-логопеда, а также осуществляющие совместную деятельность обучающихся с ТНР и обучающихся, не имеющих данных ограничений;

- музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, осуществляющие совместную деятельность обучающихся с ТНР и обучающихся, не имеющих данных ограничений.

Вся деятельность планируется в системе взаимосвязи и учитывается в следующих документах: рабочие программы, планы (перспективные, календарные, тематические) проведения индивидуальных, подгрупповых и фронтальных занятий с детьми.

Основными принципами коррекционно-развивающей работы с детьми ТНР являются:

- индивидуальный и дифференцированный подход, индивидуализация, дифференциация образовательной деятельности;

- активность и самостоятельность ребенка в образовательном процессе;

- сниженный темп обучения;

- структурная простота содержания;

- повторность в обучении.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности обучающихся с ТНР

В группе комбинированной направленности осуществляется совместное образование обучающихся, дети с ТНР получают образование по АОП в соответствии с рекомендациями территориальной психолого-медико-педагогической комиссии.

Целенаправленная работа со старшими дошкольниками с ТНР включает образовательную деятельность по пяти образовательным областям, коррекцию речевых нарушений, профилактику возможных затруднений при овладении чтением, письмом, счетом, развитие коммуникативных навыков в аспекте подготовки к школьному обучению.

В области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- становления у обучающихся ценностей здорового образа жизни;
- овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек);
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В сфере становления у обучающихся ценностей здорового образа жизни педагог (инструктор по физической культуре) способствует развитию у обучающихся ответственного отношения к своему здоровью. Педагог рассказывает детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания; способствует формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков; создает возможности для активного участия обучающихся в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности обучающихся, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте педагогические работники уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности обучающихся в движении, педагогические работники организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней территории (горки, качели и другое); подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Инструктор по физической культуре (далее ИФК) поддерживает интерес обучающихся к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании; побуждают обучающихся выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты.

ИФК проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у обучающихся интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность ездить на велосипеде, самокате, заниматься другими видами двигательной активности.

Согласно требованиям СанПиН, в режиме дня ДОУ предусмотрено время для проведения занятий.

На занятиях физкультурой реализуются принципы ее адаптивности, концентричности в

выборе содержания работы. Этот принцип обеспечивает непрерывность, преемственность в обучении. В структуре каждого занятия выделяются подготовительная, основная и заключительная части. В процессе общеразвивающих упражнений мышечно-суставной аппарат ребенка подготавливается к активным физическим нагрузкам, которые предполагаются в основной части занятия. Заключительная часть помогает детям самостоятельно регулировать свое психоэмоциональное состояние и нормализовать процессы возбуждения и торможения

В подготовительной части занятия используются:

- построения и перестроения с проговариванием счета, звука;
- дыхательные упражнения с проговариванием звуков, слогов, коротких слов;
- расслабляющие упражнения;
- статические позы;
- игры и упражнения на развитие памяти;
- игры и упражнения на развитие слухового и зрительного внимания.

В основную часть включаются:

- общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса, мышц ног;
- формирование правильной осанки;
- перекрестные упражнения на развитие координации;
- физические упражнения, направленные на развитие всех основных видов движений;
- подвижные игры с речитативом и игровые упражнения с учетом изучаемой лексической темы;
- логоритмические упражнения.

В заключительной части занятия повторяются упражнения, формирующие правильную осанку и походку, используются релаксационные упражнения. В эту часть

включаются: малоподвижные игры на обобщение и расширение словарного запаса, игры на развитие мелкой моторики, памяти, внимания, ориентировки в пространстве. Важно насыщать физкультурные занятия речевым материалом, включать подвижные игры с рифмовками, хороводные игры.

Для организации работы с детьми используется время, предусмотренное для их самостоятельной деятельности. Обучающихся детей с ТНР необходимо ежедневно вовлекать в подвижные игры, спортивные игры, эстафеты, в интеллектуальные викторины о спорте, предлагать им иллюстративный и аудиальный материал, связанный с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни.

В ходе физического воспитания обучающихся с ТНР большое значение приобретает формирование у обучающихся осознанного понимания необходимости здорового образа жизни, интереса и стремления заниматься спортом, желания участвовать в подвижных и спортивных играх с другими детьми и самим организовывать их.

На занятиях физкультурой реализуются принципы ее адаптивности, концентричности в выборе содержания работы. Этот принцип обеспечивает непрерывность, преемственность в обучении и воспитании. В структуре каждого занятия выделяются разминочная, основная и релаксационная части. В процессе разминки мышечно-суставной аппарат ребенка подготавливается к активным физическим нагрузкам, которые предполагаются в основной части занятия. Релаксационная часть помогает детям самостоятельно регулировать свое психоэмоциональное состояние и нормализовать процессы возбуждения и торможения.

Продолжается физическое развитие обучающихся (объем движений, сила, ловкость, выносливость, гибкость, координированность движений). Потребность в ежедневной осознанной двигательной деятельности формируется у обучающихся в различные режимные моменты: на утренней зарядке, на прогулках, в самостоятельной деятельности, во время спортивных досугов.

~~Физическое воспитание связано с развитием музыкально-ритмических движений, с~~

занятиями логоритмикой, подвижными играми. Кроме этого, проводятся самомассаж, различные виды гимнастик (глазная, адаптационная, корригирующая, артикуляционная, пальчиковая), закаливающие процедуры, подвижные игры, игры со спортивными элементами, спортивные праздники и развлечения.

Продолжается работа по формированию правильной осанки, организованности, самостоятельности, инициативы. Во время игр и упражнений обучающиеся учатся соблюдать правила, участвуют в подготовке и уборке места проведения занятий. Педагогические работники привлекают обучающихся к активному участию в подготовке физкультурных праздников, спортивных досугов, создают условия для проявления их творческих способностей в ходе изготовления спортивных атрибутов.

В этот возрастной период в занятия с детьми с ТНР вводятся ОРУ, а также различные импровизационные задания, способствующие развитию двигательной креативности обучающихся.

Для организации работы с детьми активно используется время, предусмотренное для их самостоятельной деятельности. Важно вовлекать обучающихся с ТНР в различные игры-экспериментирования, викторины, жестовые игры, предлагать им иллюстративный и аудиальный материал, связанный с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни.

В этот период педагогические работники разнообразят условия для формирования у обучающихся правильных гигиенических навыков, организуя для этого соответствующую безопасную, привлекательную для обучающихся, современную, эстетичную бытовую среду. Обучающихся стимулируют к самостоятельному выражению своих потребностей, к осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации (умывание, мытье рук, уход за своим внешним видом, использование носового платка, салфетки, столовых приборов, уход за полостью рта, соблюдение режима дня, уход за вещами и игрушками).

В этот период является значимым расширение и уточнение представлений обучающихся с ТНР о человеке (себе, других детях, педагогическом работнике, родителях (законных представителях), об особенностях внешнего вида здорового и заболевшего человека, об особенностях своего здоровья. Педагогические работники продолжают знакомить обучающихся на доступном их восприятию уровне со строением тела человека, с назначением отдельных органов и систем, а также дают детям элементарные, но значимые представления о целостности организма. В этом возрасте обучающиеся уже достаточно осознанно могут воспринимать информацию о правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека, о вредных привычках, приводящих к болезням. Содержание раздела интегрируется с образовательной областью «Социально-коммуникативное развитие», формируя у обучающихся представления об опасных и безопасных для здоровья ситуациях, а также о том, как их предупредить и как вести себя в случае их возникновения. Очень важно, чтобы обучающиеся усвоили речевые образцы того, как надо позвать педагогического работника на помощь в обстоятельствах нездоровья.

2.2. Основное содержание образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие» с детьми старшего дошкольного возраста (от 3 до 5 лет).

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.

ОРУ:

- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарем.

Строевые упражнения:

- построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и

без), подиагонали, в два и три звена;

- перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без;
- повороты направо, налево, кругом;
- размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика:

- ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе;
- ходьба на высоких полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «скаблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), с ускорением и замедлением темпа;
- легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение);
- подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружения по одному и в парах.

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения;
- несюжетные игры;
- игры на развитие ориентировки в пространстве;
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации;
- народные игры;
- малоподвижные игры.

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки;

Ходьба на лыжах:

- по лыжне (на расстояние до 500 м.);
- скользящим шагом;
- повороты на месте (направо и налево) с переступанием;
- подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискосок).

Катание на двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью;
- с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.

Спортивные игры:

Городки:

- бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м).

Элементы баскетбола:

- перебрасывание мяча друг другу от груди;
- ведение мяча правой и левой рукой;
- забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди;
- игра по упрощенным правилам.

Бадминтон:

- отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом. Элементы футбола:

введение мяча правой и левой ногой в заданном направлении; введение мяча с обводкой между и вокруг предметов; передача мяча ногой (правой, левой) друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

Активный отдых:

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО;

- физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с КТП ДОО;
- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы;

2.2. Основное содержание образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие» с детьми старшего дошкольного возраста (от 5 до 7 лет).

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии;

ОРУ:

- в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с паузами поточно, под счет, музыку и др.;

Строевые упражнения: самостоятельные построения в колонну по одному, в круг, шеренгу;

- перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько

(2-3);

- расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две;
- равнение в колонне, шеренге, кругу;
- размыкание и смыкание приставным шагом;
- повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика:

- отдельные комплексы из 6–8 упражнений под музыку;
- танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками;
- поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке;
- ритмичная ходьба с носка, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, в сторону;

- кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону, на носок

и на пятку, в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук вверх, в сторону в такт и ритму музыки.

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения
- несюжетные игры
- игры на развитие ориентировки в пространстве
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации
- народные игры
- малоподвижные игры

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах:

- скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500–600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий;

- попеременным двухшажным ходом (с палками);
- повороты переступанием в движении;
- поднимание на горку «лесенкой», «елочкой».

Катание на коньках:

- удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду);
 - приседания из исходного положения стоя;
 - скольжение на двух ногах с разбега;
 - повороты направо и налево во время скольжения, торможения;
 - скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.
- Катание на двухколесном велосипеде, самокате:*
- по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Спортивные игры

Городки:

- бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение.
 - построение 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.
- Элементы баскетбола:*
- передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча);
 - перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон;
 - забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча;
 - ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола:

- передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;
- ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота;
- играть по упрощенным правилам.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве):

- ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы;
- прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой;
- ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними;
- забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева);
- попадание шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

Бадминтон:

- перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса:

- подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену);
- подача мяча через сетку после его отскока от стола.

Активный отдых:

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО;
- физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с КТП ДОО;
- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы;
- туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 3 км (в оба конца) в теплый период года, и от 1 до 2 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1

до 2,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20-30 минут).

Программа коррекционной работы предусматривает вариативные формы специального сопровождения обучающихся. Варьироваться могут степень участия специалистов сопровождения, а также организационные формы работы, что способствует реализации и развитию больших потенциальных возможностей обучающихся с ТНР и удовлетворению их особых образовательных потребностей.

Для достижения задач *воспитания* в ходе реализации программы образования педагог может использовать следующие *методы*:

- организации опыта поведения и деятельности;
- осознания детьми опыта поведения и деятельности;
- мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы).

При организации обучения целесообразно дополнять традиционные методы (словесные, наглядные, практические) методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

- информационно-рецептивный метод (предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы воспитателя или детей, чтение);
- репродуктивный метод (создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца педагога);
- метод проблемного изложения (постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений);
- исследовательский метод (составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование).

Для развития каждого вида деятельности детей применяются следующие средства:

- двигательной (оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий мячом и др.);
- предметной; игровой (игровое оборудование и др.);
- коммуникативной (видеофильмы и др.);
- познавательно-исследовательской и экспериментирования (макеты, плакаты, модели, схемы и др.);
- чтения художественной литературы;
- трудовой;
- музыкальной.

Вариативность форм, методов и средств реализации программы образования зависит не только от учета возрастных особенностей воспитанников, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей.

При выборе форм, методов, средств реализации АОП педагог учитывает субъектные проявления ребенка с ТНР в деятельности. Выбор педагогом форм, методов, средств реализации программы, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

2.4. Взаимодействие участников коррекционно-развивающей работы

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития обучающихся, является взаимодействие всех участников образовательного процесса. КРП представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению

обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. КРР в ДОУ осуществляют педагоги-психологи, дефектологи, логопеды, другие педагоги (воспитатели, инструктор по физкультуре, и т.д.)

Взаимодействие с администрацией ДОО. Заведующий детским садом и заместитель заведующего по УВР обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнёрами.

Взаимодействие с медицинским персоналом. В начале 2023-2024 учебного года совместно с врачом заполняются карты здоровья обучающихся.

Взаимодействие с воспитателями. ИФК оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО

«Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению. В образовательной деятельности ИФК проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, подвижных игр, оказывает помощь детям при выполнении упражнений (страхует обучающихся).

Взаимодействие с музыкальным руководителем. Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыка для использования на физкультурных занятиях (утренней гимнастике, досугах, развлечениях, праздниках). На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.

Взаимодействие с учителем-логопедом. Преемственность и взаимосвязь в работе учителя-логопеда и инструктора по физической культуре способствует эффективности и прочному закреплению результатов логопедической работы, где учитель-логопед развивает и совершенствует речевое общение детей, а инструктор по физической культуре на занятиях с детьми решает задачи общего физического развития, укрепления здоровья, развития двигательных умений и навыков, что способствует формированию психомоторных функций.

Формы взаимодействия учителя-логопеда и инструктора по физической культуре.

1. Ознакомление с результатами обследования (медицинского (по необходимости), педагогического, логопедического, психологического)
2. Тематическое планирование.
3. Совместный подбор педагогами речевого материала.
4. Проведение совместных интегрированных занятий, праздников, досугов.
5. Работа над Проектом «Речевичок-здоровячок».
6. Разработка ИОМ на основе заключения ТПМПК.
7. Консультирование родителей законных представителей.

Совместная деятельность учителя-логопеда и ИФК.

1. Диагностика детей с ТНР согласно возрастными особенностями обучающимися.
2. Ознакомление с тематическим планом работы группы, составление плана индивидуально-коррекционных занятий.
3. Наблюдение учителя-логопеда на физкультурных занятиях с целью контроля выполнения рекомендаций (по коррекционно-развивающей работе).
4. Совместная разработка комплексов различных видов гимнастики, подбор речевого материала.

Особое внимание обращается на возможность автоматизации поставленных учителем-логопедом звуков, закрепления лексико-грамматических средств языка путем специально подобранных подвижных игр и упражнений, разработанных с учетом изучаемой лексической темы.

При планировании занятий учитель-логопед и инструктор по физической культуре учитывает тематический принцип отбора материала, с постоянным усложнением заданий. Он

позволяет организовать коммуникативные ситуации, в которых педагог управляет когнитивным и речевым развитием детей. Тематический подход обеспечивает концентрированное изучение материала, многократное повторение речевого материала ежедневно, что очень важно как для восприятия речи, так и для её актуализации.

Концентрированное изучение темы способствует успешному накоплению речевых средств активному использованию.

Особенности планирования дальнейшей деятельности с детьми на занятиях по физической культуре состоят в том, что тот раздел, в который входят задания по развитию общих двигательных умений и навыков, дополняется заданиями на коррекцию и исправление двигательных нарушений, характерных для детей с общим недоразвитием речи. Существенные изменения вносятся в раздел «Подвижные игры». Он планируется в соответствии с лексическими темами логопедических занятий и работой воспитателя.

Инструктор по физическому развитию помогает автоматизации обучающихся с ТНР в постановлении звуков в изолированных звучаниях (мотор гудит «р-р-р», сдувается мяч «с-сс», и т.д.) и в словах; использование у детей ТНР поставленных звуков в спонтанной речи (проговаривание слов в подвижных играх с использованием речевых текстов на координацию речи и в движениях и хороводных играх, пальчиковой гимнастики).

Взаимодействие с педагогом-психологом. В физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов, которые разрабатывает педагог-психолог.

2.5. Особенности взаимодействия с родителями (законными представителями), семьями обучающихся с ТНР в рамках ОО «Физическое развитие»

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОУ является «установление доверительного делового контакта» между семьёй и ДОУ по реализации образовательной программы ДО. Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьёй, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями.

В соответствии с ФАОП в ДО организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укреплении их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДО.

План взаимодействия с семьями детей включает разнообразные формы взаимодействия.

8. Информационное

- индивидуальные: беседы, консультации;
- коллективные: родительские собрания
- наглядно – педагогическая информация: информационные листки, памятки – инструкции;

9. Совместное творчество родителей и детей:

- совместные физкультурные праздники и развлечения;
- изготовление поделок;
- совместные проекты.

Наиболее эффективными являются индивидуальные беседы, которые позволяют получить родителям интересующую их информацию. Всё это повышает эффективность сотрудничества, помогает формированию благоприятного климата в детско-родительском коллективе.

Месяц	Название физкультурного мероприятия.
	Анкетирование «Двигательная активность в семье». Родительское собрание. Конкурс совместных рисунков и фотографий «Как я провел свое спортивное лето»
Октябрь	Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья»
Ноябрь	Консультации для родителей «Речевые нарушения – причины и предупреждение»
Декабрь	Папка-передвижка «Как правильно организовать физкультурные занятия для дошкольников в домашних условиях» Конкурс поделок (на елку): «Спортивная елочная игрушка»
Январь	Игры с мячом для развития речи
Февраль	Консультация «Совместные спортивные досуги и праздники в ДООУ, как эффективная форма пропаганды здоровой и крепкой семьи» Спортивный праздник «С папой весело всегда!»
Март	Консультация « Развитие межполушарного взаимодействия у детей с ТНР
Апрель	Анкетирование «Здоровый образ в жизни ребенка в семье». Конкурс рисунков и поделок: «Мой любимый вид спорта»
Май	Фестиваль ГТО. Консультация для родителей «Развитие общей моторики у детей с нарушениями речи» Родительское собрание

2.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика в ДООУ – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом. Проводится в ДООУ в начале и в конце года (сентябрь 2023 и апрель 2024г.). (Приложение 1

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Основные компоненты режима дня в ДОУ

Режим дня предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствование в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошие самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перегрузки.

Двигательный режим детей дошкольного возраста

Форма организации двигательной деятельности	Группы, особенности организации, продолжительность			
	старшая		подготовительная	
	в день	в неделю	в день	в неделю
Утренняя гимнастика	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.
Физкультурные занятия по расписанию ДОУ	3 раза в неделю (25 мин.)	75 мин.	3 раза в неделю (30 мин.)	90 мин.
Физкультминутки	4 мин.	20 мин.	4 мин.	20 мин.
Музыкально-ритмические движения, игры	2 раза в неделю 5-6 мин.	10-12 мин.	2 раза в неделю 6-7 мин.	12-14 мин.
Подвижные игры, спортивные упражнения	15-20 мин.	75-100 мин.	20-25 мин.	100-125 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке, спортивные игры	15-20 мин.	75-100 мин.	20-25 мин.	100-125 мин.
Гимнастика после дневного сна	5-6 мин.	25-30 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.
Активный отдых				
Физкультурные досуги, развлечения		1-2 раза в месяц 25-30 мин.		1-2 раза в месяц 30-35 мин.
День здоровья		1 раз в квартал		1 раз в квартал
Спортивные праздники		2 раза в год до 60 мин.		2 раза в год до 60 мин.

3.2. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка с ТНР. Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих образование ребенка с ТНР в соответствии с его особыми образовательными потребностями по ФАОП:

1. Личностно-порождающее взаимодействие педагогических работников ГБДОУ с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку с ТНР предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и жизненных навыков; учитываются обусловленные структурой нарушенного речезыкового развития особенности деятельности (в том числе речевой), средств ее реализации, ограниченный объем личного опыта.

2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка с ТНР, стимулирование самооценки.

3. Формирование игры как важнейшего фактора развития ребенка с ТНР, с учетом необходимости развития вербальных и невербальных компонентов развития ребенка с ТНР в разных видах игры.

4. Создание развивающей образовательной среды, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка с ТНР и сохранению его индивидуальности.

3.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды с учетом ФАОП ДО для детей с ТНР.

Предметно-пространственная развивающая образовательная среда (далее РППС) в спортивном зале обеспечивает реализацию ФАОП ДО, разработанных в соответствии с Программой детского сада с учетом психофизических особенностей обучающихся с ТНР.

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

Развивающая РППС представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория ДОУ), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для

организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС ДОУ создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

РППС учтены:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природноклиматические условия, в которых находится ДОУ;
- возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности, содержание воспитания и образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (обучающихся и их семей, педагогов и других сотрудников ДОУ, участников сетевого взаимодействия и т.п.).

Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОУ имеется:

- физкультурный зал,
- спортивный центр активности в группе,
- спортивная площадка на территории ДОУ.

Все оснащение зала эстетически привлекательно, имеет современный дизайн, яркую окраску и изготовлено из современных материалов. Все оборудование и оснащение зала проходит санитарную обработку в соответствии с нормами СанПиН и могут быть подвержены влажной уборке и дезинфекции, рабочий инвентарь ежедневно промываются проточной водой с мылом.

В зале созданы все условия для сохранения психического и физического здоровья каждого ребенка и обеспечение его эмоционального благополучия.

Предметно-пространственная среда зала обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала, способствует общению и совместной деятельности детей и взрослых.

Элементы оборудования и материалы предметно-пространственной среды, соответствуют требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования. Цветовая палитра помещения представлена теплыми, пастельными тонами, благодаря чему дети чувствуют себя комфортно в течении занятия.

Безопасность: все спортивное оборудование и инвентарь изготовлено из безвредных для здоровья детей материалов. Все приобретаемое оборудование соответствует обязательным

требованиям, установленным техническими регламентами и национальными стандартами. Спортивное оборудование закреплено и проверено, на основании чего составлен акт испытания спортивного оборудования и инвентаря.

Пожарная безопасность: зала имеет два эвакуационных выхода, по центру потолка размещены датчика пожарной тревоги на случай задымления.

Трансформируемость предметно-пространственной среды зала подразумевает возможность её изменения в зависимости от образовательной ситуации. Спортивное оборудование зала размещено по периметру помещения благодаря этому остается максимальное пространство для активной двигательной деятельности и проведения НОД. Во время проведения непосредственно образовательной деятельности дети могут легко пользоваться любым спортивным инвентарем и пособиями, которые располагаются в свободном доступе детей разных возрастных групп. Инвентарь можно перемещать, переставлять с одного места на другое в зависимости от образовательной ситуации, и поставленной задачи. Использование мягких красочных модулей помогает трансформировать пространство, мульти функциональность материалов помогает изменить его в зависимости от образовательной ситуации, например, те же мягкие модули могут быть строительным материалом, служить ориентирами, или препятствиями в эстафете и подвижных играх. Для осуществления образовательной деятельности с детьми используются различные средства обучения и воспитания, в том числе технические, визуальные и аудиовизуальные.

3.4 Развернутое планирование освоения основных движений «Физическое развитие» для детей с тяжелыми нарушениями речи 4-7 лет

Месяц	Основные движения	Перечень движений
Первый период (сентябрь, октябрь, ноябрь)	<i>Ходьба и бег</i>	Совершенствование навыков ходьбы на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра, приставным шагом вправо и влево; в колонне по одному, по двое, имитационных движений. Закреплять умения бегать на носках, с высоким подниманием бедра, в колонне по одному, по двое, врассыпную; бег в чередовании с ходьбой, бег с различной скоростью.
	<i>Ползание и лазание</i>	Совершенствование умений ползать на четвереньках «змейкой» между предметами; переползать через препятствия; ползать по гимнастической скамейке на животе; пролезать в обруч; лазать с одного пролета гимнастической стенки на другой.
	<i>Прыжки</i>	Способствовать формированию обучающихся, выполнять прыжки на двух ногах на месте (в чередовании с ходьбой, с продвижением вперед); прыжков на одной ноге на месте, впрыгиванию на мягкое покрытие высотой 20 см., спрыгиванию с высоты 30 см на мат. Обучение выполнению прыжков через короткую, длинную скакалку. Формирование умения выполнять прыжки в длину с места и с разбега.
	<i>Бросание и ловля.</i>	Закрепление и совершенствование навыков катания предметов (обручей, мячей разного диаметра) различными способами. Обучение прокатыванию предметов в заданном направлении на расстояние до 5 м двумя руками. Совершенствование умения подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками, бросать мяч об землю (пол) и ловить его двумя руками. Формирование умения перебрасывать мяч из одной руки в другую, перебрасывать мяч друг другу. Обучение бросанию вдаль мешочков с песком и мячей.
	<i>Ритмическая гимнастика.</i>	Совершенствование умения выполнять физические упражнения под музыку.
	<i>Обще развивающие упражнения</i>	Совершенствование умение выполнять <i>упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса</i> : поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжатие пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад. <i>Совершенствование умение выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника</i> : повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя. Совершенствование умение <i>выполнять упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса</i> : сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп, поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине.
	<i>Подвижные игры с речевым сопровождением</i>	«В огороде у ребяток», «Ветерок», «Журучка», «Улетают журавли», «Репка», «Что купили в магазине», «Шла гулять сороконожка», «Наездники».
	<i>Подвижные игры</i>	«Садовник», «Веселое яблоко», «Огород», «Мы веселые ребята», «Бездомный заяц», «Чашки, ложки, самовары», «Мухомор», «Сторож и дети»
	<i>Игры малой подвижности</i>	«Летает-не летает», «Осенний букет», «Съедобное –не съедобное», «Овощи, ягоды, грибы», «Зоопарк», «Чтоб не мерзнуть никогда»
	<i>Строевые упражнения</i>	Совершенствование умения строиться в колонну по одному, парами, в круг, в шеренгу, врассыпную; размыкаться в колонне на вытянутые вперед руки; выполнять повороты направо и налево, переступая.
<i>Спортивные игры</i>	Формирование двигательных навыков и элементов спортивных игр: городки (бросание биты с боку, от плеча, занимая правильное и.п., знание 4-5 фигур); футбол (передача мяча друг другу, отбивая его правой или левой ногой стоя на месте); баскетбол (передача мяча друг другу двумя руками от груди, одной рукой от плеча; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы; ведение мяча одной рукой).	
Второй период (декабрь,	<i>Ходьба и бег</i>	Совершенствование навыков ходьбы на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием бедра, с перекатом с пятки на носок, приставным шагом влево и вправо; ходьбы в колонне по одному, по двое, обучение ходьбе в колонне по трое, вдоль

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D1623

январь, февраль)		границ зала с поворотом, с выполнением заданий педагога. Закрепление умения бегать на носках, с высоким подниманием бедра, мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое, «змейкой», врассыпную, с перешагиванием через препятствие (кубики, набивные мячи), бега с изменением скорости.
	Ползание, лазание	Совершенствование умений ползать на четвереньках «змейкой» между предметами, переползания через препятствия, ползания по гимнастической скамейке (на животе, с опорой на колени и предплечья). Обучение пролезанию в обруч; лазанию по гимнастической стенке (разноименным способом, переходом с одного пролета на другой); ползанию по наклонной доске.
	Прыжки	Совершенствование умений выполнять прыжки на двух ногах на месте, в чередовании с ходьбой, с продвижением вперед. Обучение выполнению прыжков разными способами (ноги скрестно ноги врозь, одна нога вперед другая назад). Формирование умения выполнять прыжки на одной ноге на месте и с продвижением вперед. Закрепление умения впрыгивать на мягкое покрытие высотой 20 см. Обучение перепрыгиванию предметов с места высотой до 30 см, перепрыгиванию последовательно на двух ногах 4-5 предметов высотой 15-20 см. Закрепление умения правильно спрыгивать с высоты 30 см на мат. Совершенствование умения выполнять прыжки в длину с места, с разбега, в высоту с разбега; прыжки через короткую, длинную скакалку.
	Бросание, ловля, метание	Обучение прокатыванию предметов в заданном направлении на расстояние до 5 метров с помощью двух рук по гимнастической скамейке, по узкому коридору шириной 20 см в указанную цель (кегли, куб). Совершенствование умения бросать мяч вверх, об землю и ловить его двумя руками. Формирование умения ловить мяч одной рукой; перебрасывать мяч из одной руки в другую и друг другу из разных исходных положений. Обучение бросанию вдаль мешочков с песком и мячей, метанию предметов в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 3-5 метров.
	Ритмическая гимнастика	Совершенствование умения выполнять физические упражнения под музыку, согласуя ритм движения, с музыкальным сопровождением, с помощью выразительных движений передавать характер музыки.
	Общеразвивающие упражнения	Совершенствование умение выполнять <i>упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса</i> : поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад. <i>Совершенствование умение выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника</i> : повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя. Совершенствование умение <i>выполнять упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса</i> : сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп, поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине.
	Подвижные игры с речевым сопровождением	«Воробей», «На лужайке скачут зайки», «К нам приходит новый год», «Пограничник на границе», «Репка», «дерево осенью», «Добрый жук», «Это я, это я, это все мои друзья»
Подвижные игры	«Хитрая лиса», «Коза и волк», «Кот и мыши», «Регулировщик», «В зимнем парке карусели», «Золотые ворота», «Медведи и пчелы», «Волк во рву», «Совушка».	
Игры малой подвижности	«Что висит на елке», «Машинист», «Что нам делать покажи», «Иголочка и ниточка», «Тик-так-тук», «Огород», «Эхо», «Кузнечики, пчелы, жуки»	
Строевые упражнения	Совершенствование умения строиться в колонну по одному, парами, в круг, в шеренгу, в несколько кругов, врассыпную. Закрепление умения перестраиваться из колонны по одному в колонну по два; в круг, из одной шеренги в две. Обучение расчету в колонне и в шеренге «по порядку», «на первый-второй», перестроению из колонны по одному в колонну по два во время ходьбы; размыканию и смыканию с места, в различных построениях (колоннах, шеренгах, кругах); размыканию в колоннах на одну вытянутую вперед руку. Совершенствование умения размыкаться в шеренге на вытянутые в стороны руки; выполнять повороты вправо и влево, кругом на месте (переступанием, прыжком); равняться в затылок в колонне.	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16-24

	Спортивные игры	Формирование двигательных навыков и элементы баскетбол: передача мяча друг другу двумя руками от груди, одной рукой от плеча; элементы хоккея (без коньков – на снегу) введение шайбой клюшкой, не отрывая ее от шайбы, прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; введение шайбы клюшкой вокруг предметов вокруг нее и между ними.
	Спортивные упражнения	Формирование двигательных навыков ходьбе на лыжах без палок: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 м. в медленном темпе, повороты переступанием в движениях «елочкой»; катание на санках (игровые задания и соревнования в катание на скорость).
Третий период (март, апрель, май, июнь)	Ходьба и бег	Совершенствование навыков ходьбы на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием бедра, с перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево; ходьбы в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль границ зала с поворотом, с выполнением заданий педагога. Совершенствование навыков бега: на носках, с высоким подниманием бедра, мелким и широким шагом. Перестроение в беге в колонне по одному, по двое, «змейкой», враспынную; бег(с различной скоростью, с изменением направления движения, челночный бег).
	Ползание, лазание	Формирования обучающихся умения ползать на четвереньках«змейкой» между предметами; переползать через препятствия, через несколько предметов подряд; ползать по гимнастической скамейке на животе; пролезать в обруч разными способами; лазать с одного пролета гимнастической стенки на другой, с изменением темпа.
	Прыжки	Совершенствование навыков выполнения прыжков на двух ногах на месте, в чередовании с ходьбой, с продвижением вперед. Формирование умения выполнять прыжки на одной ноге на месте и с продвижением вперед, в высоту с места прямо и боком. Обучение перепрыгиванию с ноги на ногу на месте, с продвижением вперед. Закрепление умения прыгать на месте разными способами (ноги скрестно ноги врозь, одна нога вперед другая назад). Закрепление умения впрыгивать на мягкое покрытие высотой 20 см. Развитие умения правильно спрыгивать с высоты 30 см на мат. Обучение перепрыгиванию на двух ногах боком вправо и влево невысоких препятствий (канат, веревка). Совершенствование умения выполнять прыжки в длину с места и с разбега, в высоту с разбега; умения выполнять прыжки через короткую, длинную скакалку.
	Бросание, ловля, метание	Обучение прокатыванию мячей по прямой, «змейкой»; прокатыванию обручей индивидуально шагом и бегом. Дальнейшее совершенствование умения бросать мяч вверх, отбивать мяч об пол и ловить его двумя руками не менее 10 раз подряд. Совершенствование умения ловить мяч одной рукой не менее 4-6 раз. Формирование умения бросать мяч вверх и ловить его с хлопком; перебрасывать мяч из одной руки в другую, перебрасывать мяч друг другу из разных исходных положений, разными способами, в разных построениях. Совершенствование умения бросать предметы вдаль, метать предметы в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 3-5 метров.
	Ритмическая гимнастика	Дальнейшее совершенствование умения выполнять физические упражнения под музыку, согласуя ритм движения с музыкальным сопровождением, с помощью выразительных движений передавать характер музыки. Обучение импровизации под различные мелодии (марш, песня, танец).
	Общеразвивающие упражнения	Совершенствование умение выполнять <i>упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса</i> : поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад. <i>Совершенствование умение выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника</i> : повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя. Совершенствование умение <i>выполнять упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса</i> : сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп, поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D1625

Подвижные игры с речевым сопровождением	«Праздник мам», «Дивный город Петербург», «Бабочки весной», «Ручеек», «Хлебушко», «Веселые друзья», «Охотники», «Москва великий город», «Нива», «Весна пришла», «На Неве», «В зоопарк».
Подвижные игры	«Огородники», «Земляне и инопланетяни», «Медведи и пчелы», «Поймай дракона за хвост», «Цветные горшочки», «Птицы и пугало», «Заря», «Невод и золотые рыбки», «Поросята и волк»
Игры малой подвижности	«Роза, фиалка, кактус», «Земля и Луна», «Зеленый, желтый, красный», «Шмель», «Море волнуется», «Конка», «Сети», «Удочка», «Веревочка»
Строевые упражнения	Совершенствование умения строиться в колонну по одному, парами, в одну шеренгу, в круг, в несколько кругов, в рассыпную. Закрепление умения перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, по три, в круг, несколько кругов, из одной шеренги в две. Совершенствование умения рассчитывать в колонне и в шеренге «по порядку», на «первый, второй»; перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, по три, во время ходьбы; размыкаться и смыкаться с места, в различных построениях (в колонне, шеренгах, кругах). Обучение размыканию и смыканию (в колоннах на вытянутые вперед руки, на одну вытянутую вперед руку; в шеренгах на вытянутые в стороны руки); выполнять повороты направо и налево, кругом на месте (переступанием и прыжком); равнению в затылок в колонне.
Спортивные игры	Формирование элементов навыков в спортивных игр: бадминтон (перебрасывание волан ракеткой на сторону партнера без сетки, правильно удерживая ракетку), футбол (ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами кегли, попадание в предметы, забивание мяча в ворота), баскетбол (перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; введение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую; передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

3.5. Перспективное планирование физкультурных досугов, развлечений и праздников на 2024-2025 учебный год

№	Дата	Мероприятие	Место проведения	Возрастные группы	Участники
1.	Сентябрь	Спортивно-музыкальное развлечение «День знаний»	Спортивный стадион	Все возрастные группы	Старший воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор по ФК, воспитатели групп.
2.	Сентябрь	День здоровья «Малые Олимпийские игры» Конкурс семейного творчества «Наш футбол!» (фото, аппликация, рисунок)	Спортивная площадка ДО	Старшая, подготовительная к школе группа	Старший воспитатель, медицинский работник, инструктор по ФК, воспитатели групп. Родители.
3.	Октябрь	Спортивное соревнование «Мама, папа, я спортивная семья»	Спортивный зал	Подготовительная к школе группа	
4.	Октябрь	ГТО. Эстафеты «Веселые старты»	Спортивный зал	Старшая, подготовительная к школе группа	Старший воспитатель, медицинский работник, инструктор по ФК, воспитатели групп
5.	Ноябрь	Физкультурный досуг «Помощники Чистюли»	Музыкальный зал	Старшая, подготовительная к школе группа	Учитель-логопед, ИФК, воспитатели
6.	Декабрь	Спортивное развлечение «Зимние забавы» Физкультурный досуг «Микроб и Новый год»	Спортивная площадка ДО	Старшая, подготовительная к школе группа	Старший воспитатель, медицинский работник, инструктор по ФК, воспитатели групп. Родители. Учитель-логопед, ИФК, воспитатели
7.	Январь	День здоровья Спортивные соревнования «Горячий мяч» Спортивная викторина «Знайки спорта» Физкультурный досуг «Мой дружок Снеговичок»	Спортивный зал	Старшая, подготовительная к школе группа	Старший воспитатель, медицинский работник, музыкальный руководитель, инструктор по ФК, воспитатели групп. Учитель-логопед, ИФК, воспитатели
8.	Февраль	Музыкально-спортивный праздник «Смотр строя и песни» (с использования ЭОР) Спортивный праздник «С папой весело всегда!» Физкультурный досуг «В царстве Снежной Королевы»	Музыкальный зал	Старшая, подготовительная к школе группа	Старший воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор по ФК, воспитатели групп. Родители. Учитель-логопед, ИФК, воспитатели
9.	Март	Эстафеты: «А ну-ка, девочки!» Физкультурный досуг «Путешествие в царство Речи»	Спортивный зал	Старшая, подготовительная к школе группа	Инструктор по ФК, воспитатели групп. Учитель-логопед, ИФК, воспитатели
10.	Апрель	«Полет в Космос» (с использования ЭОР) «Космическое путешествие на Марс» (с использования ЭОР)	Спортивный зал	Подготовительная Старшая	Старший воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор по ФК, воспитатели групп.
11.		День здоровья Спортивные соревнования «Озорной мяч» (с элементами баскетбола)	Спортивный зал	Подготовительная Старшая	Старший воспитатель, медицинский работник, инструктор по ФК, воспитатели групп
12.	Май	Музыкальноспортивное развлечение «День Победы!»	Музыкальный зал	Все возрастные группы Подготовительная группа	Инструктор по ФК

документ подписан электронной подписью

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926BDA08C1CE90D16

3.6. Развернутое планирование образовательной деятельности.

Средняя группа.

Сентябрь

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Построение по одному в колонну. Ходьба в колонне друг за другом. Бег друг за другом.	С кубиками	Ходьба по наклонной доске, руки в стороны	Прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя	-	Ползание по прямой на низких четвереньках	«Перелёт птиц»	Учить прыжкам на двух ногах со сменой положения ног, ползанию по прямой
	2	Построение по одному в колонну. Ходьба в колонне друг за другом. Бег друг за другом.	С погремушками	Ходьба по наклонной доске, руки в стороны	-	Катание обруча в парах	Ползание по прямой на средних четвереньках	«Пере лёт птиц»	Учить катанию обруча в парах, ползанию по прямой
	3	Построение по одному в колонну. Ходьба в колонне друг за другом. Бег друг за другом.	Без предметов	-	Прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя	Катание обруча в парах	Ползание по прямой на средних четвереньках	«Птицы лиса»	Тренировать в прыжках на двух ногах со сменой положения ног, ползанию по прямой
2	4	Ходьба на носках, на пятках, на наружном своде стопы. Бег в колонне друг	Без предметов	Ходьба по наклонной доске, руки в стороны	Прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя	Катание мяча в парах	-	«Птицы и лиса»	Тренировать в прыжках на двух ногах со сменой положения ног, в катании мяча
	5	Ходьба на носках, на пятках, бег с ускорениями замедлением темпа	Комплекс «Проверка вагончиков»	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз	-	Прокатывание обручей в парах	Ползание по прямой на средних четвереньках	«Карусель»	Учить ходьбе по наклонной доске, прокатыванию обручей в парах
	6	Ходьба на носках, на пятках, бег с ускорениями замедлением темпа	Комплекс «Проверка вагончиков»	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз	Прыжки на двух ногах на месте со сменой положения ног	-	Ползание по прямой на низких четвереньках	«Карусель»	Учить ходьбе по наклонной доске, прыжкам на двух ногах со сменой положения ног
3	7	Ходьба на носках, на пятках, бег с ускорениями замедлением темпа. П/и «Птица и лиса».	С осенними листочками	Ходьба по канату, положенному на земле	Прыжки на двух ногах на месте со сменой положения ног	Прокатывание обручей в парах	-	«Поймай бабочку»	Учить ходьбе по канату, положенному на земле, сохраняя равновесие

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E9A08C1CE90D16

	8	Ходьба на носках, на пятках, бег с ускорением и замедлением темпа	Без предметов	-	Прыжки на двух ногах на месте со сменой положения ног	Прокатывание обручей в парах	Ползание на низких четвереньках	«Поймай бабочку»	Тренировать в ходьбе по наклонной доске, в прыжках на двух ногах со сменой положения ног
	9	Чередование обычной ходьбы с ходьбой на носочках. Бег со сменой звукового сигнала.	С кубиками	-	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через 5-6 шнуров (расстояние между шнурами 50см друг от друга)	Прокатывание обручей в парах между кубиками (расстояние 50см)	Ползание на четвереньках «змейкой», прокатывая перед собой мяч головой	«Кролики»	
4	10	Чередование обычной ходьбы с ходьбой на носочках. Бег со сменой звукового сигнала.	С кубиками	Ходьба по «змее» прямо	-	Прокатывание обручей в парах между кубиками (расстояние 50см)	Ползание на четвереньках «змейкой», прокатывая перед собой мяч головой	«Кролики»	Учить детей ходить по змее, упражнять в ползании на четвереньках «змейкой»
	11	Чередование обычной ходьбы с ходьбой на носочках. Бег со сменой звукового сигнала.	Без предметов	Ходьба по «змее» прямо	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через 5-6 шнуров	Прокатывание обручей в парах между кубиками (расстояние 50см)	-	«Перелёт птиц»	Упражнять в прокатывании обручей в парах между кубиками
	12	Чередование обычной ходьбы с ходьбой на носочках. Бег со сменой сигнала	С мячами	Ходьба по «змее» прямо	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	-	Ползание на средних четвереньках «змейкой»	«Перелёт птиц»	Учить прыжкам на двух ногах с продвижением вперед

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E0A08C1CE90D16

Октябрь

неделя	заняятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба в колонне сосменной направления, чередование бега в колонне с бегом врассыпную	С кубиками	Ходьба по шнуру по прямой и по кругу	Прыжки на одной ноге и с поворотом вокруг себя на двух ногах	-	Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками	«У медведя во бору»	Тренировать в ходьбе по шнуру по прямой и по кругу
	2	Ходьба в колонне со сменной направления, чередование бега в колонне с бегом врассыпную	С кубиками	-	Прыжки на одной ноге и с поворотом вокруг себя на двух ногах	Прокатывание обручей в парах по прямой (расст. между кубиками 50см)	Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками	«У медведя во бору»	Учить прыжкам на одной ноге поочередно на правой и левой и с поворотом вокруг себя на двух ногах
	3	Ходьба в колонне сосменной направления, чередование бега в колонне с бегом врассыпную	С косичками	Ходьба по шнуру по прямой и по кругу	-	Прокатывание обручей в парах между кубиками (расст. между кубиками 50см)	Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками	«Зайцы и волк»	Тренировать в ползании по скамейке на животе, подтягиваясь руками
2	4	Ходьба в колонне сосменной направления, чередование бега в колонне с бегом врассыпную	С косичками	Ходьба по шнуру по прямой и по кругу (руки за спиной)	Прыжки на одной ноге и с поворотом вокруг себя на двух ногах	Прокатывание обручей в парах между кубиками (расст. между кубиками 50см)	-	«Зайцы и волк»	Развивать ловкость, точность движений
	5	Ходьба в колонне со сменной направления, бег, по команде с поворотом кругом	С обручем	Ходьба по «змее», руки в стороны	Прямой галоп, руки за спину	Прокатывание мяча друг другу из разных исходных положений двумя руками	-	«Перебежки»	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением дополнительных заданий

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E9A08C1CE90D16

	6	Ходьба в колонне со сменой направления, бег, по команде с поворотом кругом	С обручем	Ходьба по «змее», руки в стороны	-	Прокатывание мяча друг другу из разных исходных положений одной рукой между предметами	Подлезание под дуги (3шт.) прямо	«Перебежки»	Развивать ловкость и координацию движений
3	7	Ходьба в колонне со сменой направления, бег, по команде с поворотом кругом	С обручем	-	Прямой галоп, руки за спину	Прокатывание мяча друг другу из разных исходных положений одной рукой между предметами	Подлезание под дуги (3шт.) правым и левым боком	«Перелёт птиц»	Научить подлезать под препятствия боком
	8	Ходьба в колонне со сменой направления, бег, по команде с поворотом кругом	Без предметов «Пчёлки»	Ходьба по «змее», руки в стороны	Прямой галоп, руки за спину	-	Подлезание под дуги (3шт.) правым и левым боком	«Перелёт птиц»	Развивать умение быстро реагировать на сигнал
	9	Ходьба со сменой ведущего. Бег со сменой ведущего.	С палкой	Ходьба по доске с мешочком на голове, руки в стороны	-	Броски мяча вверх; вниз об пол и ловля его двумя руками	Ползание на средних четвереньках по прямой, прокатывая перед собой мяч	«Найди себе пару»	Учить бросать мяч вверх и вниз об пол и ловля его двумя руками
4	10	Ходьба со сменой ведущего. Бег со сменой ведущего.	С палкой	-	Прыжки вверх из глубокого приседа (чередовать с расслаблением)	Броски мяча вверх; вниз об пол и ловля его двумя руками	Ползание на средних четвереньках «змейкой», прокатывая перед собой мяч	«Найди себе пару»	Развивать ловкость, глазомер, равновесие
	11	Ходьба со сменой ведущего. Бег со сменой ведущего.	С мячом	Ходьба по доске с мешочком на голове, руки к плечам	Прыжки вверх из глубокого приседа (чередовать с расслаблением)	-	Ползание на средних четвереньках «змейкой», прокатывая перед собой мяч	«Лиса в курятнике»	Научить детей ходить по доске с мешочком на голове
	12	Ходьба со сменой ведущего.	С мячом	Ходьба по доске с мешочком	Прыжки вверх из глубокого приседа (че-	Броски мяча вверх;	-	«Лиса в курятнике»	Тренировать прыжки из глубокого
		Бег со сменой ведущего.		на голове, руки на поясе	довать с расслаблением)	вниз об пол и ловля его двумя руками			го приседа.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E1A08C1CE90D16

Ноябрь

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба в колонне с высоким подниманием коленей и взмахами рук, бег в колонне друг за другом	С палкой	Ходьба по шнуру по прямой, руки в стороны «не упади»	Прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед из обруча в обруч, положенные на полу	Прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю	-	«Лиса в курятнике»	Тренировать в прокатывании мяча под дугу с целью сбить кеглю
	2	Ходьба в колонне с высоким подниманием коленей и взмахами рук, бег в колонне друг за другом	С кубиком	-	Прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед из обруча в обруч, положенные на полу	Прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю	Ползание на средних четвереньках по скамейке	«Лиса в курятнике»	Учить ползать по скамейке на средних четвереньках
	3	Ходьба в колонне с высоким подниманием коленей и взмахами рук, бег в колонне друг за другом	С мячом	Ходьба по шнуру по кругу, руки в стороны «не упади»	Прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед из обруча в обруч, положенные на полу	-	Ползание на средних четвереньках по скамейке	«Подбрось – поймай»	Учить сохранять правильную осанку при ходьбе по шнуру
2	4	Ходьба в колонне с высоким подниманием коленей и взмахами рук, бег в колонне	С флажками	Ходьба по шнуру по кругу «не упади»		Прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю	Ползание на средних четвереньках по скамейке	«Подбрось – поймай»	Развивать ловкость, быстроту, интерес к двигательной деятельности
	5	Чередование обычной ходьбы с ходьбой пригнувшись. Бег врассыпную по залу с остановкой на сигнал	С палкой	Ходьба по доске с мешочком на голове, руки на поясе	Прямой галоп по кругу, руки за спиной	Прокатывание мяча друг другу из разных и.п. между предметами	-	«Пилоты»	Тренировать в ходьбе по доске с мешочком на голове, руки на поясе
	6	Чередование обычной ходьбы с ходьбой пригнувшись. Бег врассыпную по залу с остановкой на сигнал	С флажками	Ходьба по доске с мешочком на голове, руки на поясе	Прямой галоп по кругу, руки за спиной	-	Подлезание под препятствия правым и левым боком	«Пилоты»	Обучать прямому галопу по кругу, руки за спиной
3	7	Чередование обычной ходьбы с ходьбой пригнувшись. Бег врассыпную по залу с остановкой на сигнал	Без предметов	-	Прямой галоп по кругу, руки за спиной	Прокатывание мяча друг другу из разных и.п. между предметами	Подлезание под препятствия правым и левым боком	«Мыши в кладовой»	Закреплять умение прокатывать мяч друг другу из разных и.п. между предметами

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

	8	Чередование обычной ходьбы с ходьбой пригнувшись. Бег врассыпную по залу	Без предметов	Ходьба по доске с мешочком на голове, руки на поясе	-	Прокатывание мяча друг другу из разных и.п. между предметами	Подлезание под препятствия правым и левым боком	«Мыши в кладовой»	Воспитывать интерес к двигательной деятельности
	9	Ходьба в колонне парами, бег в колонне друг за другом	С мячом	Ходьба по доске, перешагивая через предметы	-	Бросание мяча вверх, вниз об пол и ловля его 2-мя руками (3 раза)	Подлезание под дугу правым, левым боком	«Пастухи стадо»	Обучать бросать мяч вверх, вниз об пол и ловить его 2-мя руками 3-4 раза подряд
4	10	Ходьба в колонне парами, бег в колонне друг за другом	С палками	Ходьба по доске, перешагивая через предметы	Прыжки из глубокого приседа стоя на месте (10 прыжков по 3 раза)	-	Переползание через бревно боком	«Пастухи стадо»	Обучать переползать через бревно боком
	11	Ходьба в колонне парами, бег в колонне друг за другом	Без предметов	Ходьба по доске, перешагивая через предметы	Прыжки из глубокого приседа стоя на месте (10 прыжков по 3 раза)	Бросание мяча вверх, вниз об пол и ловля его 2-мя руками (3 раза)	-	«Скок – поскок»	Тренировать в прыжках из глубокого приседа стоя на месте
	12	Ходьба в колонне парами, бег в колонне друг за другом	Без предметов	-	Прыжки из глубокого приседа стоя на месте (10 прыжков по 3 раза)	Бросание мяча вверх, вниз об пол и ловля его 2-мя руками (3 раза)	Переползание через бревно боком	«Скок – поскок»	Воспитывать интерес к двигательной деятельности

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
 ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
 Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E0A08C1CE90D16

Декабрь

неделя	заянятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба в колонне по одному между предметами змейкой. Бег сосменой ведущего в чередовании с ходьбой	С мячом	Ходьба по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске	-	Бросание мяча вверх и ловля его, неприжимая к груди	Перелазание через скамейку боком	«Не забегай вокруг»	Научить детей ходьбе по доске сходясь вдвоем при встрече и расходясь
	2	Ходьба в колонне по одному между предметами змейкой. Бег сосменой ведущего в чередовании с ходьбой	С кеглей	Ходьба по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске	Прыжки из глубокого приседа с одной высотой движения и темпа движения	-	Перелазание через бревно боком	«Не забегай вокруг»	Упражнять в прыжках из глубокого приседа
	3	Ходьба в колонне по одному между предметами змейкой. Бег сосменой ведущего в чередовании с ходьбой	Без предметов	Ходьба по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске	Прыжки из глубокого приседа с одной высотой движения и темпа движения	Бросание мяча вниз об пол и ловля его двумя руками несколько раз подряд	-	«Нам не страшен серый волк»	Тренировать бросать мяч вниз об пол и ловить его двумя руками несколько раз подряд
2	4	Ходьба в колонне по одному между предметами змейкой. Бег с сменой ведущего	С обручем	-	Прыжки из глубокого приседа с сменой высоты движения и темпа движения	Бросание мяча вниз об пол и ловля его двумя руками несколько раз подряд	Перелазание через бревно боком	«Нам не страшен серый волк»	Развивать скоростно – силовые качества; ловкость
	5	Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки со сменой направления. Бег по кругу		Ходьба по извилистой дорожке	Прыжки вверх с места с целью достать предмет	-	Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	«Зайка беленький»	Научить подлезать под дугу, не касаясь руками пола
	6	Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки сосменой направлением. Бег по кругу		Ходьба по извилистой дорожке	Прыжки вверх с места с целью достать предмет	Ловля мяча, брошенного в ноги и структурой, и бросок обратно (расст. 1 м)	-	«Зайка беленький»	Закрепить умение прыгать вверх с целью достать предмет

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E0A08C1CE90D16

3	7	Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки сосменой направлением. Бег по кругу		Ходьба по извилистой дорожке	-	Ловля мяча, брошенного ногой в сторону, и бросок обратно (расст. 1 м)	Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	«Раз, два, три, ищи»	Упражнять ходьбу извилистой дорожкой сохраняя равновесие
	8	Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки сосменой направлением. Бег по кругу		-	Прыжки вверх с целью достать предмет	Ловля мяча, брошенного ногой в сторону, и бросок обратно (расст. 1 м)	Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	«Раз, два, три, ищи»	Воспитывать внимательность и привлекать к двигательной активности
	9	Ходьба, бег с дополнительными заданиями для рук и плечевого пояса	С мячом	Ходьба по наклонной доске с испусканием снежков в круг себя на середине подъяма	Прыжки с продвижением вперед через 6-8 линий (расст. 60 см)	-	Ползание в прямом направлении на расст. 4-6 м	«Мы веселые ребята»	Воспитывать умение детей ходить по наклонной доске и спуску с нее с поворотом вокруг себя на середине подъяма
4	10	Ходьба, бег с дополнительными заданиями для рук и плечевого пояса	С обручем	Ходьба по наклонной доске с испусканием снежков в круг себя на середине подъяма	Прыжки с продвижением вперед через 6-8 линий (расст. 60 см)	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расст. 2 м)	-	«Мы веселые ребята»	Тренировать прыжки с продвижением вперед через 6-8 линий
	11	Ходьба, бег с дополнительными заданиями для рук и плечевого пояса	Без предметов	Ходьба по наклонной доске с испусканием снежков в круг себя на середине подъяма	-	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расст. 2 м)	Ползание по доске, лежащей на полу, до ее конца, подтянуться и хлопнуть ладошкой над головой	«Веселые снежинки»	Обучать ползанию по доске с выполнением заданий
	12	Ходьба, бег с дополнительными заданиями для рук	Без предметов	-	Прыжки с продвижением вперед через 6-8 линий (расст. 60 см)	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой	Ползание по доске, лежащей на полу, до ее конца	«Веселые снежинки»	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E0A08C1CE90D16

Январь

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба в колонне друг за другом, бег с ускорением и замедлением темпа	Без предметов	-	Прыжки на двух ногах на месте и спрдвижением вперёд – «Зайки»	Ловля мяча, брошенного инструктором, и бросок обратно (расст. 80см)	Проползание между ножками стула произвольным способом	«Гуси – лебеди»	Учить правильно ловить мяч – ладони держать рядом, широко расставив пальцы, ловить, не прижимая мяч к груди
	2	Ходьба в колонне друг за другом, бег с ускорением и замедлением темпа	С обручем	Ходьба по скамейке и спрыгивание со скамейки (выс. 20см)	Прыжки на двух ногах на месте и спрдвижением вперёд – «Зайки»	-	Проползание между ножками стула произвольным способом	«Гуси – лебеди»	Тренировать в ходьбе в колонне друг за другом, сохранять дистанцию
	3	Ходьба в колонне друг за другом, бег с ускорением и замедлением темпа	С кубиком	Ходьба по скамейке и спрыгивание со скамейки (выс. 20см)	Прыжки на двух ногах на месте и спрдвижением вперёд – «Зайки»	Ловля мяча, брошенного инструктором, и бросок обратно (расст. 80см)	-	«У дядюшки Трифона»	Закрепить умение ходить по гимнастической скамейке и спрыгиванию с неё
2	4	Ходьба в колонне друг за другом, бег с ускорением и замедлением темпа	С ленточками	Ходьба по скамейке и спрыгивание со скамейки (выс. 20см)	-	Ловля мяча, брошенного инструктором, и бросок обратно (расст. 80см)	Проползание между ножками стула произвольным способом	«У дядюшки Трифона»	Тренировать в проползании между ножками стула произвольным способом
	5	Ходьба обычная, змейкой, огибая предметы, бег со сменой направления	С обручем	Ходьба по скамейке на высоких четвереньках – «как мышки»	-	Бросание мяча вперёд двумя руками снизу вдаль – «Брось идогони»	Ползание по скамейке, лёжа на животе, подтягиваясь двумя руками	«Гуси – гуси»	Научить детей ползать на животе, подтягиваясь руками

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E9DA08C1CE90D16

	6	Ходьба обычная, змейкой, огибая предметы, бег со сменой направления	Без предметов	Ходьба по скамейке на высоких четвереньках – «как мышки»	Прыжки в длину с места через две линии – «через ручеёк» (расст.20см)	-	Ползание по скамейке, лёжа на животе, подтягиваясь двумя руками	«Гуси– гуси»	Упражнять в ходьбе по скамейке на высоких четвереньках
3	7	Ходьба обычная, змейкой, огибая предметы, бег со сменой направления	С мячом	Ходьба по скамейке на высоких четвереньках – «как мышки»	Прыжки в длину с места через две линии – «через ручеёк» (расст. 20см)	Бросание мяча вперёд двумя руками снизу вдаль – «Брось и догони»	-	«Волк во рву»	Учить бросать мяч от линии вперёд двумя руками снизу вдаль
	8	Ходьба обычная, змейкой, огибая предметы, бег со сменой направления	С кубиком	-	Прыжки в длину с места через две линии – «через ручеёк» (расст.20см)	Бросание мяча вперёд двумя руками снизу вдаль – «Брось и догони»	Ползание по скамейке, лёжа на животе, подтягиваясь двумя руками	«Волк во рву»	Развивать ловкость, равновесие, умение ориентироваться в пространстве
	9	Ходьба парами в колонне, змейкой, огибая предметы. Бег в парах со сменой направления. Пере-строение в круг	Без предметов	Ходьба по кирпичикам, расположенным на расст.15 см друг от друга	Прыжки через па-лочки, положенные на полу – «Прыгни через па-лочки»	-	Перелезание через «бревно», лежащее на полу боком	«Ста-до»	Закрепить умение бегать с ускорением из замедленного, со сменой направления, развивать выносливость
4	10	Ходьба парами в колонне, змейкой, огибая предметы. Бег в парах со сменой направления.	С кубиками	Ходьба по кирпичикам, расположенным на расст.15 см друг от друга	-	Броски мяча из-за головы двумя руками бегом – «Догони мяч»	Перелезание через «бревно», лежащее на полу боком	«Ста-до»	Тренировать бросание мяча из-за головы двумя руками

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EBA08C1CE90D16

Февраль

неделя	занятие	содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Повороты кругом на месте с переступанием Чередование обычной ходьбы с ходьбой высоко поднимая колени	Без предметов	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз	Ноги вместе – ноги врозь прыжком	-	Ползание на средних четвереньках по доске, лежащей на полу (шир. 20см) – выполнять двумя колоннами	«Мой весёлый звонкий мяч»	Научить детей ползать на низких и средних четвереньках по доске
	2	Повороты кругом на месте с переступанием Бег с ловлей и увертыванием («Убеги от волка»)	С палкой	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз	Прыжки вверх с места и с разбега с касанием головой мяча	Метание малых мячей в горизонтальную цель (корзину) с целью попасть в корзину с расст. 2м	-	«Мой весёлый звонкий мяч»	Развивать ловкость и равновесие в ходьбе по наклонной доске
	3	Чередование обычной ходьбы с ходьбой высоко поднимая колени	С мячом	Ходьба по скамейке с мячом в прямых руках над головой	-	Метание малых мячей в горизонтальную цель (корзину) с целью попасть в корзину с расст. 2м	Ползание на средних четвереньках по доске, лежащей на полу (шир. 20см)	«Берегись, заморожу»	Тренировать в метании малых мячей горизонтальную цель (корзину)
2	4	Ходьба обычная в колонне по одному. Бег с ловлей и увертыванием	С обручем	-	Прыжки вверх с места и с разбега с касанием головой мяча	Метание малых мячей в горизонтальную цель (корзину)	Ползание на средних четвереньках по доске, лежащей на полу	«Берегись, заморожу»	Учить прыжкам с места и с разбега с касанием головой мяча

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E0A08C1CE90D16

	5	Ходьба и бег вокруг кубиков, с поворотом в обе стороны по сигналу воспитателя	С куби- ками	Ходьба по ска- мейке с мячом в прямых руках над го- ловой	Поворо- ты кру- гом на месте прыжком		Перелезание через лесенку и спуск с неё	«Снежинки и ветер»	Учить пере- лезать через лесенку и спуску с неё
	6	Ходьба колонне по одному. Игровое задание «По ровненькой дорожке». Бег в ко- лонне по одному	Без пред- метов	Ходьба по ска- мейке с мячом в прямых руках над го- ловой	Прыжки на месте с зажа- тым мя- чом меж- ду коле- ней	Вращение обруча на месте, закручи- вая паль- цами – «Юла»	-	«Снежинки и ветер»	Учить вра- щать обруч на месте с целью заста- вить кру- титься обруч как можно дольше
3	7	Чередова- ние ходьбы и бега. Бег враспынную	С флаж- ками	Ходьба по ска- мейке с мячом в прямых руках - руки вперёд	-	Вращение обруча на месте, закручи- вая паль- цами – «Юла»	Подтягива- ние по ска- мейке, лёжа на животе	«Воробыш- ки и авто- мобиль»	Тренировать в упражне- ниях на рав- новесие
	8	Чередова- ние ходьбы и бега. Бег враспынную	С кеглей	-	Прыжки на месте с зажа- тым мя- чом меж- ду коле- ней	Вращение обруча на месте, закручи- вая паль- цами – «Юла»	Подтягива- ние по ска- мейке, лёжа на животе	«Воробыш- ки и авто- мобиль»	Тренировать детей пол- зать по ска- мейке на животе, под- тягиваясь руками
	9	Ходьба на носках, высоко поднимая колени, перешагивая через кубики; бегв колонне по одному	С палкой	Ходьба по наклонной доске с движениям и рук вперёд, за голову	Прыжок в высоту с места (через резиночку) выс. 20см	Метание мешочков с пескомвдаль (расст. 36 м) правой и левой рукой – «Добрось до стены»	Пролезание в обруч грудьювперёд	«Зайцы и волк»	Тренироватьв пролезании в обруч грудью вперёд
4	10	Ходьба на носках, высоко поднимая колени, перешагивая через кубики; бегв колонне по одному	С платочком	Ходьба по наклонной доске с движениям и рук вперёд, за голову	Прыжок в высоту с места (через резиночку) выс. 20 см	-	Пролезание в обруч правым и левым боком	«Зайцы и волк»	Обучать прыжкам вверх с места через резиночку
	11	Ходьба на носках, высоко поднимая колени, перешагивая через кубики; бегв колонне по одному	С обручем	-	Прыжок в высоту с места (через резиночку) выс. 20 см	Метание мешочков с пескомвдаль (расст. 36 м) правой и левой рукой – «Добрось до стены»	Пролезание в обруч правым и левым боком	«Лошадки»	Воспитывать интерес к совместной двигательной деятельности

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926BDA08C1CE90D16

Март

неделя	занятие	содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Построение в шеренгу. Ходьба обычная, с заданиями для рук; бег змейкой	С обручем	Ходьба по наклонной доске	Перешагивание модулей, в конце дорожки с 3-4 шагов разбега прыгнуть вверх с касанием рук	-	Лазание по лестнице вверх и вниз	«Бездомный заяц»	Развивать равновесие при ходьбе по наклонной доске
	2	Построение в шеренгу. Ходьба обычная, с заданиями для рук; бег змейкой	Без предметов	Ходьба по буму через модули, выс. 20 см с хлопками над головой, двигаясь боком	Перешагивание модулей, в конце дорожки с 3-4 шагов разбега прыгнуть вверх с касанием рук	Броски мяча двумя руками в корзину снизу с расст. 1,5 м	-	«Бездомный заяц»	Развивать глазомер при броске мяча двумя руками в цель
	3	Ходьба скрестным шагом вправо, влево; бег со сменой направления движения	С кубиком	Ходьба по буму через модули, выс. 20 см с хлопками над головой, двигаясь боком	-	Броски мяча двумя руками в корзину снизу с расст. 1,5 м	Лазание по лестнице вверх и вниз	«Охотник и зайцы»	Тренировать в лазании по лестнице
2	4	Ходьба скрестным шагом вправо, влево; бег со сменой направления движения	С флажками	-	«Перепрыгни через лужи» - прыжки через веревочки, лежащие на полу (расст. 15 см)	Броски маленького диаметра из одной руки в другую, стоя на месте	Подлезание под 3 дуги правым, левым боком, держа в руке маленький мячик	«Охотник и зайцы»	Развивать ловкость и координацию при перебрасывании мяча из одной
	5	Построение. Повороты направо, налево. Ходьба друг за другом, бег на скорость (20 сек.) Спокойная ходьба	Без предметов	Влезание на скамейку, поворот вокруг себя переступанием	Прыжки из обруча в обруч, положенных на полу друг за другом (3-4 шт.)	-	Ползание на четвереньках по наклонной доске	«Самолеты»	Развивать ориентировку в пространстве, умение оценивать свои движения

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

	6	Построение. Повороты направо, налево. Ходьба друг за другом, бег на скорость (20 сек.) Спокойная ходьба	С обручем	Влезание на скамейку, поворот вокруг себя переступанием	Прыжки из обруча в обруч, положенных на полу друг за другом (3-4 шт.)	Броски мяча двумя руками из-за головы вдаль – «Кто дальше?»	-	«Самолёты»	Тренировать в прыжках из обруча в обруч
3	7	Ходьба скрестным шагом вправо, влево; бег со сменой направления движения	С палкой	Ходьба по кирпичикам, расположенных на расст. 15 см друг от друга	-	Броски мяча двумя руками из-за головы вдаль – «Кто дальше?»	Ползание на четвереньках по наклонной доске	«Котята щенята»	Учить ходьбе скрестным шагом вправо, влево; развивать ловкость, координацию движений
	8	Ходьба скрестным шагом вправо, влево; бег со сменой направления движения	С платочком	-	-	«Попади в обруч» метание мешочков с песком в горизонтальную цель с расст. 3 м	Ползание на животе по скамейке, подтягиваясь руками	«Котята и щенята»	Упражнять в прыжках через предметы
	9	Ходьба друг за другом приставным шагом; бег, выбрасывая прямые ноги вперед	Без предметов	Ходьба по скамейке навстречу друг другу; на середине разойтись	Прыжки со сменой положения ног; вместе врозь	-	Подтягивание по скамейке, лёжа на животе	«Найди пару»	Упражнять в ходьбе по скамейке навстречу друг другу
4	10	Ходьба друг за другом приставным шагом; бег, выбрасывая прямые ноги вперед	С мячом	Ходьба по скамейке навстречу друг другу; на середине разойтись	Прыжки со сменой положения ног; вместе врозь	Броски мяча двумя руками из-за головы через верёвку, натянутую на уровне груди ребёнка	-	«Найди пару»	Учить прыжкам со сменой положения ног; вместе врозь
	11	Ходьба на пятках, выпадами; бег длинной змейкой, с поворотом кругом	С кубиками	Ходьба по шнуру, положенному на полу, с мешочком	-	Броски мяча двумя руками из-за головы через верёвку,	Подтягивание по скамейке, лёжа на животе	«У медведя в бору»	Развивать силу при выполнении упражнения на подтягивание по скамейке, лёжа на животе
	12	Ходьба с приседанием на звуковой сигнал; бег «Встречные перебежки»	Без предметов	-	Прыжки со сменой положения ног; вместе – врозь с продвижением вперед на 2 м	Броски мешочка с песком в обруч, положенный на пол с расст. 1 м	Лазанье по лесенке, не пропуская перекладин, спуск вниз	«У медведя в бору»	Учить лазать по лесенке, не пропуская перекладин, спуску вниз

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

Апрель

неделя	занятие	содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба на носках, руки вверх, в полуприседе, руки в стороны. Бег с изменением темпа	С мячами	Ходьба по скамейке, неся корзину	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между кеглями «змейкой»	-	Ползание на четвереньках «змейкой» между кеглями	«Совушка»	Научить ползать на четвереньках между предметами
	2	Ходьба на носках, руки вверх, в полуприседе, руки в стороны. Бег с изменением темпа	С мячами	Ходьба по скамейке, неся корзину	-	Подбрасывание мяча вверх, броски вниз об пол и ловля его двумя руками (10 раз)	Ползание на четвереньках «змейкой» между кеглями	«Совушка»	Упражнять в подбрасывании и ловле мяча
	3	Ходьба на носках, руки вверх, в полуприседе, руки в стороны. Бег с изменением темпа	Без предметов	-	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между кеглями «змейкой»	Подбрасывание мяча вверх, броски вниз об пол и ловля его двумя руками (10 раз)	Ползание на четвереньках «змейкой» между кеглями	«Зайка серенький»	Развивать ловкость в эстафете с подлезанием
2	4	Ходьба на носках, руки вверх, в полуприседе. Бег с остановкой по сигналу.	Без предметов	Ходьба по скамейке, неся корзину	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между кеглями «змейкой»	Подбрасывание мяча вверх, броски вниз об пол и ловля его двумя руками (10 раз)	-	«Зайка серенький»	Закрепить умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед с дополнительным заданием
	5	Ходьба на носках, на пятках, врассыпную. Бег с высоким подниманием коленей, с захлестыванием голени назад	С палкой	Ходьба по скамейке, руки в стороны	Прыжки с зажатым мячом между коленями до ориентира, обратный бег с мячом в руках - «Пингвины»	Прокатывание мяча с расставленными в воротники. Цель: попасть в воротники - «Попади в воротники»	-	«Ло-вишки»	Развивать равновесие в ходьбе по скамейке
	6	Ходьба на носках, на пятках, врассыпную. Бег с высоким подниманием коленей, с захлестыванием голени назад	С палкой	-	Прыжки с зажатым мячом между коленями до ориентира, обратный бег с мячом в руках - «Пингвины»	Прокатывание мяча с расставленными в воротники. Цель: попасть в воротники - «Попади в воротники»	Ползание по скамейке на средних четвереньках	«Ло-вишки»	Тренировать в прыжках с зажатым мячом между коленями до ориентира

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EFA08C1CE90D16

3	7	Ходьба на носках, враспынную. Бег с высоким подниманием коленей, с захлестыванием голени назад	Без предметов	Ходьба по «змее», руки в стороны	-	Прокаты мяча с расст. 3м в воротники. Цель: попасть в воротники - «Попади в воротники»	Ползание по скамейке на средних четвереньках	«Зайцы и волк»	Учить прокатывать мяч с расст. 3м в воротники
	8	Ходьба на носках, на пятках. Бег с высоким подниманием коленей, между кеглями	Без предметов	Ходьба по «змее», руки в стороны	Прыжки с зажатым между колен мячом до ориентира, обратный бег с мячом в руках	-	Ползание по скамейке на средних четвереньках	«Зайцы и волк»	Развивать скорость реакции и прыгучесть
	9	Обычная ходьба в чередовании с ходьбой на носках и в полуприседе. Бег с изменением темпа.	С флажками	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки	-	Ведение мяча одной рукой в движении	Лазание по гимнастической стенке различными способами	«Лиса в курятнике»	Развивать ловкость в ведении мяча
4	10	Обычная ходьба в чередовании с ходьбой на носках и в полуприседе. Бег с изменением темпа.	С флажками	-	Прыжки через 6 модулей, выс. 15 см по прямой на 2-х ногах	Ведение мяча одной рукой в движении	Лазание по гимнастической стенке различными способами	«Лиса в курятнике»	Упражнять в лазании по гимнастической стенке
	11	Обычная ходьба в чередовании с ходьбой на носках и в полуприседе. Бег с изменением темпа.	С веревочками	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки	Прыжки через 6 модулей, выс. 15 см по прямой на 2-х ногах	-	Лазание по гимнастической стенке различными способами	«Ловишки»	Развивать равновесие в ходьбе по скамейке
	12	Обычная ходьба в чередовании с ходьбой на носках и в полуприседе.	С веревочками	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки	Прыжки через 6 модулей, выс. 15 см по прямой на 2-х ногах	Ведение мяча одной рукой в движении	-	«Ловишки»	Научить детей перепрыгивать через модули. Развивать равновесие

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
 ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
 Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EFA08C1CE90D16

Май

неделя	занятие	содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	Без предметов	Ходьба по узкой рейке	Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд	-	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюк-заком за спиной	«Цветные автомобили»	Упражнять в ходьбе по узкой рейке, сохраняя равновесие
	2	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	С мячом	Ходьба по скамейке, на конце присесть, руки вперёд, соскок на обозначенное место	Прыжки на двух ногах через предметы с продвижением вперёд	Игровое задание «Мяч капитану»	-	«Цветные автомобили»	Упражнять в прыжках через предметы с усложнением, добиваясь ритмичности и лёгкости выполнения
	3	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	С палкой	Ходьба по скамейке, на конце присесть, руки вперёд, соскок на обозначенное место	-	Игровое задание «Мяч капитану»	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюк-заком за спиной	«Сбей кеглю»	Развивать глазомер при выполнении заданий с мячом
2	4	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	С мячом	-	Прыжки на двух ногах через предметы с продвижением вперёд	Игровое задание «Мяч капитану»	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюк-заком за спиной	«Сбей кеглю»	Закрепить умение выполнять пружинистые прыжки через предметы
	5	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высоко поднимая колени	С мячом	Бег на носках, между верёвками, лежащими на полу (шир. 15см) с рюк-заком	Прыжки на мат со скамейки (выс. 20см)	-	Ползание попластунски по обозначенному месту	«Лошадки»	Закрепить умения детей ОВД через игровые задания и эстафеты

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

	6	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высоко поднимая колени	Со скакалкой	Бег на носках, между верёвками, лежащими на полу (шир. 15см) с рюкзаком	Прыжки на мат со скамейки (выс. 20см)	Метание правой илевой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель с расст. 3м	-	«Лошадки»	Обучать метанию правой и левой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель
3	7	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высоко поднимая колени	Без предмета в	Бег на носках, между верёвками, лежащими на полу	-	Метание правой илевой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель с расст. 3м	Ползание попластунскидо обозначенного места	«Догони пару»	Учить ползать попластунскидо обозначенного места
	8	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высоко поднимая колени	С палкой	-	Прыжки на мат со скамейки (выс. 20см)	Метание правой илевой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель с расст. 3м	Ползание попластунскидо обозначенного места	«Догони пару»	Тренировать в прыжкахна мат со скамейки
	9	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках, со сменой ведущего	С флажками	Ходьба на носках по буму, рас- кладывая и собирая предметы	Прыжки в длину с места	Игровое задание «Попади в корзину» (метание малых мячей в корзину)	-	«Огуречик, огуречик»	Научить детей правильной- ному приземлению при прыжках в длину с места
4	10	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках, со сменой ведущего	С флажками	Ходьба на носках по буму, рас- кладывая и собирая предметы	Прыжки в длину с места	-	«Подлезь и не задень» (подлезание правым и левым бо- ком под дуги, стоя- щие друг за другом)	«Огуречик, огуречик»	Упражнять в ходьбе на носках по буму, рас- кладывая и собирая предметы
	11	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках, со сменой ведущего	Без предметов	Ходьба на носках по буму, рас- кладывая и собирая предметы	-	Игровое задание «Попади в корзину» (метание малых мячей в корзину)	«Подлезь и не задень» (подлезание правым и левым бо- ком под дуги, стоя- щие друг за другом)	«Кот и мыши»	Развивать ловкость и меткость при метании мя- чей в корзи- ну
	12	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках	С мячом	-	Прыжки в длину с места	Игровое задание «Попади в корзину» (метание малых мячей в корзину)	«Подлезь и не задень» (подлезание правым и левым бо- ком под дуги)	«Кот и мыши»	Закрепить умения детей выполнение ОВД через игровые за- дания и эс- тафеты

документ подписан электронной подписью

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EFA08C1CE90D16

**Старшая группа
Сентябрь**

неделя	занятие	содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Обычная ходьба, бег с изменением темпа (с ускорением и замедлением)	С мячами	-	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	«Подбрось-поймай»-ловить мяч, не прижимая к груди	Ползание на средних четвереньках «змейкой» между кеглями	«Ловишки с ленточками»	Учить ловить мяч, не прижимая к груди
	2	Обычная ходьба, ходьба с перекатом с пятки на носок, бег с изменением темпа	Со скакалкой	Ходьба по гимнастической скамейке, неся корзину	-	«Подбрось-поймай»-ловить мяч, не прижимая к груди	Ползание на средних четвереньках «змейкой» между кеглями	«Ловишки с ленточками»	Формировать умение ходить перекатом с пятки на носок
	3	Обычная ходьба, бег с изменением темпа (с ускорением и замедлением).	Без предметов	Ходьба по гимнастической скамейке, неся корзину	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	«Подбрось-поймай»-ловить мяч, не прижимая к груди	-	«Сделай фигуру»	Упражнять в подбрасывании и ловле мяча
2	4	Обычная ходьба, бег с изменением темпа	С мячами	Ходьба по гимнастической скамейке	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	-	Ползание на средних четвереньках «змейкой»	«Сделай фигуру»	Тренировать в ползании на средних четвереньках
	5	Ходьба в колонне: обычная, парами, на носках; бег обычный, мелким и широким шагом, в рассыпную	Со скакалкой	-	Прыжки на месте с зажатым мячом между колен	«Попади в воротики»-прокатить мяч в воротики с расстояния 3 м с целью попасть	Ползание по скамейке на ладонях и коленях	«Удочка»	Учить прыжкам на месте с зажатым мячом между колен
	6	Ходьба в колонне: обычная, парами, на носках; бег обычный, мелким и широким шагом, в рассыпную	С мячом	Ходьба по скамейке, перешагивая кубики	-	«Попади в воротики»-прокатить мяч в воротики с расстояния 3 м с целью попасть	Ползание по скамейке на ладонях и коленях	«Удочка»	Тренировать скорость реакции на звуковой сигнал, ловить мяч, глазом

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

3	7	Ходьба в колонне: обычная, парами, на носках; бег обычный, мелким и широким шагом, враспынную	С палкой	Ходьба по «змею», руки вверх	Прыжки на месте с зажатым мячом между колен	«Попади в воротики»- прокатить мяч в воротики с расстояния 3 м с целью попасть	-	«Быстро возьми»	Тренировать в прыжках с зажатым мячом между колен
	8	Ходьба в колонне: обычная, парами, на носках; бег обычный, мелким и широким шагом	Без предметов	Ходьба по скамейке, перешагивая кубики	Прыжки с зажатым мячом между колен до ориентира	-	Ползание по скамейке на ладонях и коленях	«Быстро возьми»	Развивать равновесие в ходьбе по скамейке
	9	Построение в колонну. Ходьба в глубоком приседе, как «утята». Бег с преодолением препятствий выс. 15 см	Без предметов	Ходьба по шнуру, руки в сторону	-	Броски мяча о пол поочередно правой и левой рукой и ловля его	Пролетание в обруч правым и левым боком	«Мы весёлые ребята»	Учить ходьбе в глубоком приседе, как «утята»
4	10	Построение в колонну. Ходьба в глубоком приседе, как «утята». Бег змейкой.	С мячами	Ходьба по шнуру, выложенному «змейкой»	«Через кочки»перепрыгивание через модули, положенные на полу	-	Пролетание в обруч правым и левым боком	«Мы весёлые ребята»	Учить ходьбе по шнуру, выложенному «змейкой»
	11	Построение в колонну. Ходьба в глубоком приседе, как «утята». Бег широким шагом.	С мячами	Ходьба по шнуру, выложенному «змейкой» между кеглями	«Через кочки»перепрыгивание через модули, положенные на полу	Броски мяча о пол поочередно правой и левой рукой и ловля его	-	«Найди свой цвет»	Обучать броскам мяча о пол поочередно правой и левой рукой и ловля его
	12	Построение в колонну. Ходьба в глубоком приседе, как «утята». Бег в колонне.	Без предметов	-	«Через кочки»перепрыгивание через модули, положенные на полу	Броски мяча о пол поочередно правой и левой рукой и ловля его	Пролетание в обруч правым и левым боком	«Найди свой цвет»	Тренировать в пролезании в обруч правым и левым боком

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EBA08C1CE90D16

Октябрь

неделя	занятия	содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба на носках, руки вверх, в полуприседе, руки в стороны. Бег с изменением темпа	С мячами	Ходьба по скамейке, неся корзину	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между кеглями «змейкой»	-	Ползание на четвереньках «змейкой» между кеглями	«Перелёт птиц»	Научить ползать на четвереньках между предметами
	2	Ходьба на носках, руки вверх, в полуприседе, руки в стороны. Бег с изменением темпа	С мячами	Ходьба по скамейке, неся корзину	-	Подбрасывание мяча вверх, броски вниз об пол и ловля его двумя руками (10 раз)	Ползание на четвереньках «змейкой» между кеглями	«Перелёт птиц»	Упражнять в подбрасывании и ловле мяча
	3	Ходьба на носках, руки вверх, в полуприседе, руки в стороны. Бег с изменением темпа	Без предметов	-	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между кеглями «змейкой»	Подбрасывание мяча вверх, броски вниз об пол и ловля его двумя руками (10 раз)	Ползание на четвереньках «змейкой» между кеглями	«Не оставайся на полу»	Развивать ловкость в эстафете с подлезанием
2	4	Ходьба на носках, руки вверх, в полуприседе. Бег с остановкой по сигналу.	Без предметов	Ходьба по скамейке, неся корзину	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между кеглями «змейкой»	Подбрасывание мяча вверх, броски вниз об пол и ловля его двумя руками (10 раз)	-	«Не оставайся на полу»	Закрепить умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед с дополнительным заданием
	5	Ходьба на носках, на пятках, врас-сыпную. Бег с высоким подниманием коленей, с захлестыванием голени назад	С палкой	Ходьба по скамейке, руки в стороны	Прыжки с зажатым между колен мячом до ориентира, обратный бег с мячом в руках - «Пингвины»	Прокатывание мяча с расст. 3м в воротки. Цель: попасть в воротки «Попади в воротки»	-	«Мяч водящему»	Развивать равновесие в ходьбе по скамейке
	6	Ходьба на носках, на пятках, врас-сыпную. Бег с высоким подниманием коленей, с захлестыванием голени назад	С палкой	-	Прыжки с зажатым между колен мячом до ориентира, обратный бег с мячом в руках - «Пингвины»	Прокатывание мяча с расст. 3м в воротки. Цель: попасть в воротки «Попади в воротки»	Ползание по скамейке на средних четвереньках	«Мяч водящему»	Тренировать в прыжках с зажатым между колен мячом до ориентира

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

3	7	Ходьба на носках, на пятках, врас- сыпную. Бег с высоким под- ниманием ко- леней, с за- хлестыванием голени назад	Без предме- тов	Ходьба по «змее», руки в стороны	-	Прокатыва- ние мяча с расст. 3м в воротики. Цель: по- пасть в воро- тики «По- пади в воро- тики»	Ползание по скамейке на средних четверень- ках	«Пас друг другу»	Учить про- катывать мяч с расст. 3м в воротики
	8	Ходьба на носках, на пятках. Бег с высоким под- ниманием коленей	Без предме- тов	Ходьба по «змее», руки в стороны	Прыжки с зажатым между ко- лен мячом до ориен- тира	-	Ползание по скамейке на средних четверень- ках	«Пас друг другу»	Развивать скорость реакции и прыгучесть
	9	Обычная ходьбав чередовании сходьбой на носках и в полуприседе. Бег с изменением темпа.	С флажками	Ходьба по узкой рейке гимнастичес- кой скамейки	-	Ведение мяча одной рукой в движении	Лазание по гимнастической стенке разнообразным способом	«Будь ловким»	Развивать ловкость в ведении мяча
4	10	Обычная ходьба в чередовании с ходьбой на нос- ках и в полу- приседе. Бег с изменением темпа.	С флаж- ками	-	Прыжки через 6 модулей, выс. 15 см по прямой на 2-х но- гах	Ведение мяча од- ной рукой в движе- нии	Лазание по гимнасти- ческой стенке раз- ноимённым способом	«Будь лов- ким»	Упраж- нять в лазании по гимна- стической стенке
	11	Обычная ходьбав чередовании сходьбой на носках и в полуприседе Бег с изменением темпа.	С верёвочкам и	Ходьба по узкой рейке гимнастичес- кой скамейки	Прыжки через 6 модулей, выс. 15 смпо прямойна 2-х ногах	-	Лазание по гимнастической стенке разнообразным способом	«Гуси лебеди»	Развивать равновесие в ходьбе по скамейке
	12	Обычная ходьба в чередовании сходьбой на носках и в полуприседе. Бег с захлестом голени назад.	С верёвочка ми	Ходьба по узкойрейке гимнастичес- кой скамейки	Прыжки через 6 модулей, выс. 15 смпо прямойна 2-х ногах	Ведение мяча одной рукой в движении	-	«Гуси лебеди»	Научить детей перепрыгивать черезмодули. Развивать равновесие

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

Ноябрь

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	Без предметов	Ходьба по узкой рейке	Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд	-	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюкзаком за спиной	«Затейники»	Упражнять в ходьбе по узкой рейке, сохраняя равновесие
	2	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	С мячом	Ходьба по скамейке, на конце присесть, руки вперёд, соскок на обозначенное место	Прыжки на двух ногах через предметы с продвижением вперёд	Игровое задание «Мяч капитану»	-	«Затейники»	Упражнять в прыжках через предметы с усложнением, добываясь ритмичности и лёгкости выполнения
	3	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	С палкой	Ходьба по скамейке, на конце присесть, руки вперёд, соскок на обозначенное место	-	Игровое задание «Мяч капитану»	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюкзаком за спиной	«Ловишки – перебежки»	Развивать глазомер при выполнении заданий с мячом
2	4	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	С мячом	-	Прыжки на двух ногах через предметы с продвижением вперёд	Игровое задание «Мяч капитану»	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюкзаком за спиной	«Ловишки – перебежки»	Закрепить умение выполнять пружинистые прыжки через предметы
	5	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высоко поднимая колени	С мячом	Бег на носках, между верёвками, лежащими на полу (шир. 15см) с рюкзаком	Прыжки на мате скамейки (выс. 20см)	-	Ползание попластунски до обозначенного места	«Пожарные на учении»	Закрепить умения детей ОВД через игровые задания эстафеты

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E9DA08C1CE90D16

	6	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высоко поднимая колени	Со скакалкой	Бег на носках, между верёвками, лежащими на полу (шир. 15см) с рюкзаком	Прыжки на мат со скамейки (выс. 20см)	Метание правой и левой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель с расст. 3м	-	«Пожарные на учении»	Обучать метанию правой и левой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель
3	7	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высоко поднимая колени	Без предметов	Бег на носках, между верёвками, лежащими на полу (шир. 15см) с рюкзаком	-	Метание правой и левой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель с расст. 3м	Ползание попластунски до обозначенного места	«Ловишки с ленточкой»	Учить ползать попластунски до обозначенного места
	8	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высоко поднимая колени	С палкой	-	Прыжки на мат со скамейки (выс. 20см)	Метание правой и левой рукой маленьких мячиков	Ползание попластунски до обозначенного места	«Ловишки с ленточкой»	Тренировать прыжки на мат со скамейки
	9	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках, со сменой ведущего	С флажками	Ходьба на носках по буму, раскладывая и собирая предметы	Прыжки в длину с места	Игровое задание «Попади в корзину» (метание малых мячей в корзину)	-	«Ловишки парами»	Научить детей правильному приземлению при прыжках в длину с места
4	10	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках, со сменой ведущего	С флажками	Ходьба на носках по буму, раскладывая и собирая предметы	Прыжки в длину с места	-	«Подлезь и не задень» (подлезание правым и левым боком под дуги, стоящие друг за другом)	«Ловишки парами»	Упражнять в ходьбе на носках по буму, раскладывая и собирая предметы
	11	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках, со сменой ведущего	Без предметов	Ходьба на носках по буму, раскладывая и собирая предметы	-	Игровое задание «Попади в корзину» (метание малых мячей в корзину)	«Подлезь и не задень» (подлезание правым и левым боком под дуги, стоящие друг за другом)	«Медведи и пчёлы»	Развивать ловкость и меткость при метании мячей в корзину
	12	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках	С мячом	-	Прыжки в длину с места	Игровое задание «Попади в корзину»	«Подлезь и не задень» (подлезание правым и левым боком под дуги)	«Медведи и пчёлы»	Закрепить умения детей ОВД через игровые задания и эстафеты

документ подписан электронной подписью

Декабрь

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба в колонне со сменой ведущего. Бег в колонне по одному	С кеглями	-	Подскоки вверх на месте: ноги вместе, ноги врозь, одна – вперёд, другая – назад	Катание мяча друг другу с расст. 1,5 м из разных и.п.	Ползание на четвереньках в сочетании с подползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см прямо	«Кто скорее до флажка»	Учить разным видам прыжков ноги вместе, ноги врозь, одна – вперёд, другая – назад
	2	Ходьба в колонне со сменой ведущего. Бег в колонне по одному	Без предметов	Ходьба по доске, лежащей на полу, руки в стороны	Подскоки вверх на месте: ноги вместе, ноги врозь, одна – вперёд, другая – назад	-	Ползание на четвереньках в сочетании с подползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см прямо	«Кто скорее до флажка»	Тренировать в ползании на четвереньках в сочетании с подползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см прямо
	3	Ходьба в колонне со сменой ведущего. Бег в колонне по одному	С кубиками	Ходьба по доске, лежащей на полу, руки в стороны	-	Катание мяча друг другу с расст. 1,5 м из разных и.п.	Ползание на четвереньках в сочетании с подползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см прямо	«Мороз – Красный нос»	Тренировать в упражнениях на равновесие
2	4	Ходьба в колонне со сменой ведущего. Бег в колонне по одному	С обручем	Ходьба по доске, лежащей на полу, руки на поясе	Подскоки вверх на месте: ноги вместе, ноги врозь, одна – вперёд, другая – назад	Катание мяча друг другу между предметами с расст. 2 м из разных и.п.	-	«Мороз – Красный нос»	Закрепить умение прокатывать мяч из разных и.п., между предметами, не задевая предметы
	5	Ходьба в колонне по 1: змейкой, враспынную, бег: змейкой, враспынную	С обручем	Бег между расставленными на полу кубиками, не касаясь их	Подскоки на месте с хлопками перед собой, над головой, за спиной	-	Ползание на четвереньках змейкой под дугами	«Не оставайся на полу»	Учить подскокам на месте с хлопками перед собой, над головой, за спиной
	6	Ходьба в колонне по 1: змейкой, враспынную, бег: змейкой, враспынную	С мячом	Бег между расставленными на полу кубиками	Подскоки на месте с хлопками перед собой, над головой, за спиной	Катание мяча с целью попасть в кегли		«Не оставайся на полу»	Тренировать в катании мяча с целью попасть в кегли

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

3	7	Ходьба в колонне по 1: змейкой, врассып- ную, бег: змей- кой, врас- сыпную	Со ска- калкой	Ходьба с пе- реступанием через палку, поднятую на 20 см от пола	-	Катание мяча с целью попасть в кегли	Ползание на четве- реньках змейкой между предмета- ми	«Охотни- ки и зай- цы»	Совершенство- вать умение ползать на чет- вереньках змей- кой между предметами
	8	Ходьба в колонне по 1: змейкой, врассып- ную, бег: змей- кой, врас- сыпную	Без предме- тов	-	Подско- ки на месте с хлопка- ми пе- ред со- бой, над головой, за спи- ной	Катание мяча змейкой между предме- тами	Ползание на четве- реньках змейкой между предмета- ми	«Охотни- ки и зай- цы»	Способствовать тренировке вы- носливости
	9	Ходьба в колонне по одному: ко- роткой и длинной змейкой, выпадами, руки на поя- се бег: с пре- одолением препятствий	С палкой	Ходьба между двумя линия- ми, не насту- пая на них (шир. 15 см)	Прыжки с ноги на ногу с продвиже- нием вперед на 5 м	-	Ползание по скамейке на четверень- ках, пятясь назад	«Смелые воробыш- ки»	Учить прыж- кам с ноги на ногу с про- движением вперед
4	1 0	Ходьба в колонне по одному: ко- роткой змейкой, бег: с пре- одолением препятствий	С обру- чем	Зада- ние: отвести прямую ногу назад, в сторону, вперед, руки на поясе	Прыжки с ноги на ногу с продвиже- нием вперед на 5 м	Броса- ние мя- ча вверх и ловля его двумя руками (не ме- нее 10раз)	-	«Смелые воробыш- ки»	Тренировать в упражне- ниях на рав- новесие
	1 1	Ходьба в колонне по одному: вы- падами, ру- ки на поясе бег: с пре- одолением препятствий	С мячом	Зада- ние: отвести прямую ногу назад, в сторону, вперед, руки на поясе	-	Броса- ние мя- ча вверх и ловля его двумя руками (не ме- нее 10раз)	Ползание по скамейке на четверень- ках, пятясь назад	«Хитрая лиса»	Упражнять в бросании мяча вверх и ловле его двумя рука- ми
	1 2	Ходьба в колонне по одному: вы- падами, ру- ки на поясе	С флаж- ками	-	Прыжки с продвиже- нием вперед с зажатым между ног мячом	Броса- ние мя- ча вверх и ловля его двумя руками (не ме- нее 20раз)	Ползание по скамейке на четверень- ках, пятясь назад	«Хитрая лиса»	Тренировать в ползании по скамейке на четве- реньках, пя- тясь назад

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E0A08C1CE90D16

Январь

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба имитационная: лыжника, конькобежца; в сочетании с прыжками на 2-х ногах, бег с преодолением препятствий	Без предметов	Ходьба по шнуру прямо	Прыжки со сменой положения ног: врозь вместе	-	«Перелезь и подлезь» перелезание через скамейку и подлезание под скамейку	«Мы весёлые ребята»	Познакомить с имитационной ходьбой лыжника, конькобежца
	2	Ходьба имитационная: лыжника, конькобежца; в сочетании с прыжками на 2-х ногах	С обручем	Ходьба с перешагиванием через модули	Прыжки со сменой положения ног: врозь вместе	«Мяч капитану» капитан бросает мяч одному из детей, стоящих в кругу	-	«Мы весёлые ребята»	Научить броскам мяча друг другу. Развивать равновесие в ходьбе через кирпичики
	3	Ходьба, бег обычный, с преодолением препятствий. Бег с захлестом голени назад	Аэробика	Ходьба с перешагиванием через модули	-	«Мяч капитану» капитан бросает мяч одному из детей, стоящих в кругу	«Перелезь и подлезь» перелезание через скамейку и подлезание под скамейку	«Мороз – Красный нос»	Учить перелезать через скамейку и подлезать под скамейку
2	4	Ходьба, бег обычный, с преодолением препятствий. Бег с захлестом голени назад	Со скакалкой	-	Прыжки на скамейку и прыгивание обратно со скамейки выс. 20см	«Мяч капитану» капитан бросает мяч одному из детей, стоящих в кругу	«Перелезь и подлезь» перелезание через скамейку и подлезание под скамейку	«Два Мороза»	Побуждать детей совершенствовать двигательные навыки в соревновательной деятельности
	5	Ходьба в колонне по одному, расхождение через середину по одному в правую и левую стороны	С палками	Ходьба по буму, высоко поднимая колени через модули	«Кто дальше» прыжки в длину с места	-	«Подлезь и не задень» подлезание под дуги, стоящие на расст. 2,5м друг от друга	«Охотники изайцы»	Развивать равновесие в ходьбе по буму, высоко поднимая колени через модули

документ подписан электронной подписью

	6	Ходьба с перекатом с пятки на носок, рукина поясе, бег змейкой, со сменой ведущего по сигналу	Со скаскалкой	-	«Кто дальше» прыжки в длину с места	«Попади в корзину» детипо очереди бросают мяч целью попасть в корзину (расст. 2,5 м)	Подлезание под дуги, стоящие на расст. 2,5м друг отдруга, к которым подвешены колокольчики	«Охотники изайцы»	Тренироватьв подлезании под дуги. Воспитывать внимательности собранность
3	7	Ходьба с перекатом с пятки на носок, рукина поясе, бег змейкой	Без предметов	Ходьба по буму, высоко поднимая колени через модули	-	«Попади в корзину» дети по очереди бросают мяч целью попасть в корзину	Подлезание под дуги, стоящие на расст. 2,5м друг отдруга	«Перебежки»	Упражнять детей в бросании мяча с целью попасть в корзину
	8	Ходьба с перекатом с пятки на носок, рукина поясе, бег змейкой	С лентами	Ходьба по буму, высоко поднимая колени через модули	«Кто дальше» прыжки в длину с места	«Попади в корзину» детипо очереди бросают мяч целью попасть в корзину	-	«Перебежк и»	Совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с места
	9	Ходьба парами, в колонне по одному приставным шагом вперёд с притопами и прихлопами на каждый шаг. Бег со сменой направления по музыкально мусигналу	Без предметов	Ходьба по бумуна носках, руки вверх, на середина присесть, руки вперёд	Прыжок в длину с места «через брёвнышки»	-	Ползание по наклонной доске вверх и скатывание с неё, как с горки	«Ловишки парами»	Учить детей ползанию по наклонной доске вверхи скатывание с неё, как с горки
4	10	Ходьба парами, в колонне по одному приставным шагом вперёд	С лентами	Ходьба по бумуна носках, руки вверх, на середина присесть, руки вперёд	-	Метание малого мячав вертикальную цель с расст. 3,5 м на выс. 2 м правойи левой рукой	Ползание по наклонной доске вверх и скатывание с неё, как с горки	«Ловишки парами»	Учить детейметанию мячей на дальность правой и левой рукойс целью попасть в вертикальную цель

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

Февраль

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба шеренгой с одной стороны зала на другую, по сигналу принять и.п. – лёжа; бег приставным шагом вправо, влево	С обручем	Лёгкий бег по буму раскладывая и собирая кубики на нём	Прыжки, стоя на месте с зажатым мячом между ног	-	Пролезание в обруч сверху, снизу, прямо и боком	«Совушка»	Тренировать в лёгком беге по буму раскладывая и собирая кубики на нём
	2	Ходьба шеренгой с одной стороны зала на другую, по сигналу принять и.п. – лёжа; бег приставным шагом вправо, влево	Без предметов	Лёгкий бег по буму раскладывая и собирая кубики на нём	Прыжки, стоя на месте с зажатым мячом между ног	Бросание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствие	-	«Со-вушка»	Упражнять в прыжках стоя на месте с зажатым мячом между ног
	3	Ходьба широкой змейкой, спиной вперёд; бег между предметами змейкой, по сигналу присесть, руки вперёд	С палкой	Ходьба по буму, высоко поднимая колени через модули	-	Бросание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствие (расст. 2м)	Пролезание в обруч сверху, снизу, прямо и боком	«Два Мороза»	Учить пролезать в обруч сверху, снизу, прямо и боком
2	4	Ходьба широкой змейкой; бег между предметами змейкой	С мячом	-	Прыжки с зажатым мячом между ног в движении по кругу	Бросание мяча двумя руками из-за головы через шнур (расст. 2м)	Пролезание в обруч сверху, снизу, прямо и боком	«Два Мороза»	Развивать у детей чувство ритма, внимательность
	5	Ходьба на носках, руки на поясе; на пятках, руки вперёд; бег обычный, с захлестыванием голени	С палкой	Ходьба по буму, высоко поднимая колени через модули	Прыжки с зажатым мячом между ног в движении по кругу	Бросание мяча двумя руками из-за головы через шнур (расст. 2м)	-	«Хитрая лиса»	Учить бросать мяч двумя руками из-за головы через шнур
	6	Ходьба на носках, руки на поясе; на пятках, руки вперёд; бег обычный, с захлестыванием голени	Без предметов	Перешагивание модулей, в конце дорожки с 3-4 шагов разбега прыгнуть вверх с касанием предмета, подвешенного выше поднятой руки на 15см	Прыжок вверх с 3-4-х шагов с касанием флажка рукой	-	Ползание на четвереньках животом вверх с опорой на ступни и ладони	«Хитрая лиса»	Тренировать в прыжках вверх с 3-4х шагов с касанием флажка рукой

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

3	7	Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, руки за спину; бег на носках. Перестроение в две колонны	Со скакалкой	Перешагивание модулей, в конце дорожки с 3-4 шагов разбега прыгнуть вверх с касанием предмета	-	Броски мяча маленького диаметра из одной руки в другую, стоя на месте	Ползание на четвереньках животом вверх с опорой на ступни и ладони	«Ловишки»	Упражнять в бросании мяча маленького диаметра из одной руки в другую, стоя на месте
	8	Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, руки за спину; бег на носках	С верёвочкой	-	Прыжок вверх с 3-4-х шагов с касанием флажка рукой	Броски мяча маленького диаметра в цель	Перелезание через скамейку	«Ловишки»	Развивать глазомер при бросании мяча маленького диаметра в цель
	9	Повороты на месте в шеренге, колонне; ходьба в колонне; бег – по сигналу остановиться	Без предметов	«Обеги кегли» - бег змейкой между предметами	«Сделай меньше шагов» выполнить прыжки широким шагом до ориентира, находящегося на расст. 5 м от и.п.	-	Ползание на средних и мелких четвереньках по доске, положенной на пол	«Охотники изайцы»	Формировать умение перестраиваться в пары в движении
4	10	Повороты на месте в шеренге, колонне; ходьба в колонне; бег – по сигналу – остановиться	С верёвочкой	«Обеги кегли» - бег змейкой между предметами	«Сделай меньше шагов» выполнить прыжки широким шагом до ориентира, находящегося на расст. 5 м от и.п.	«Сумей попасть» с расст. 2 м маленькими мячами попасть в цель	Ползание на средних и мелких четвереньках по доске, положенной на пол	«Охотники изайцы»	Научить попадать мячиками маленького диаметра в цель
	11	Повороты на месте в шеренге, колонне; ходьба в колонне; бег – по сигналу остановиться	С мячом	Ходьба по буму, высоко поднимая колени через модули	-	«Сумей попасть» с расст. 2 м маленькими мячами попасть в цель	Ползание на средних и мелких четвереньках по доске, положенной на пол	«Горелки»	Способствовать развитию скоростных качеств, развивать силу мышц и выносливость

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EBA08C1CE90D16

Март

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба с приседанием на звуковой сигнал; бег «Встречные перебежки»	С лентами	Бег по наклонной доске, спуск шагом	Прыжки через короткую скакалку	-	Подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке	«Шишки, желуди, орехи»	Учить прыгать через короткую скакалку
	2	Ходьба с приседанием на звуковой сигнал; бег «Встречные перебежки»	Без предметов	Бег по наклонной доске, спуск шагом	Прыжки через короткую скакалку	«Попади в обруч» - метание мешочков с песком в горизонтальную цель с расст. 3 м	-	«Шишки, желуди, орехи»	Тренировать в метании мешочков с песком в горизонтальную цель
	3	Ходьба «как силачи» (руки в стороны, к плечам, вверх); бег, ускоряя и замедляя шаг, через препятствия 20 см	Аэробика	Ходьба по наклонной доске	-	«Попади в обруч» метание мешочков с песком в горизонтальную цель с расст. 3 м	Подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке	«Заря»	Упражнять в подлезании под дугу, не касаясь руками пола, в группировке
2	4	Ходьба «как силачи» (руки в стороны, к плечам, вверх); бег, ускоряя и замедляя шаг, через препятствия 20 см	Со скакалкой	-	«Сделай меньше прыжков» - выполнение прыжков широким шагом до кегли, находящейся на расст. 5 м	Перебрасывание мяча из одной руки в другую, двигаясь по доске	Ползание на четвереньках по наклонной доске	«Заря»	Учить выполнять прыжки широким шагом
	5	Построение. Повороты направо, налево. Ходьба друг за другом, бег на скорость (20 сек.) Спокойная ходьба	Без предметов	Влезание на скамейку, поворот вокруг себя переступанием	Прыжки из обруча в обруч, полуженных на полу друг за другом (3-4 шт.)	-	Ползание на четвереньках по наклонной доске	«Шлепанки»	Развивать ориентировку в пространстве, умение оценивать свои движения
	6	Построение. Повороты направо, налево. Ходьба друг за другом, бег на скорость (20 сек.) Спокойная ходьба	С обручем	Влезание на скамейку, поворот вокруг себя переступанием	Прыжки из обруча в обруч, полуженных на полу друг за другом (3-4 шт.)	Броски мяча двумя руками из-за головы вдаль – «Кто дальше?»	-	«Шлепанки»	Тренировать в прыжках из обруча в обруч

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E0A08C1CE90D16

3	7	Ходьба скрестным шагом вправо, влево; бег со сменой направления движения Ходьба скрестным шагом вправо, влево; бег со сменой направления движения	С палкой	Ходьба по кирпичикам, расположенных на расстоянии 15 см друг от друга	-	Броски мяча двумя руками из-за головы вдаль – «Кто дальше?»	Ползание на четвереньках по наклонной доске	«Щука и караси»	Учить ходьбе скрестным шагом вправо, влево; развивать ловкость, координацию движений
	8		С платочком	-	Прыжки через кубика (выс. 10 см)	«Попади в обруч» - метание мешочков с песком в горизонтальную цель с расстоянием 3 м	Ползание на животе по скамейке, подтягиваясь руками	«Щука и караси»	Упражнять в прыжках через предметы
	9	Ходьба друг за другом приставным шагом; бег, выбрасывая прямые ноги вперед	Без предметов	Ходьба по скамейке навстречу друг другу; на середине разойтись	Прыжки со сменой положения ног; вместе врозь	-	Подтягивание по скамейке, лежа на животе	«Золотые ворота»	Упражнять в ходьбе по скамейке навстречу друг другу
4	10	Ходьба друг за другом приставным шагом; бег, выбрасывая прямые ноги вперед	С мячом	Ходьба по скамейке навстречу друг другу; на середине разойтись	Прыжки со сменой положения ног; вместе врозь	Броски мяча двумя руками из-за головы через веревку, натянутую на уровне груди ребенка	-	«Золотые ворота»	Учить прыжкам со сменой положения ног: вместе врозь
	11	Ходьба на пятках, выпадами; бег длинной змейкой, с поворотом кругом	С кубиками	Ходьба по шнуру, положенному на полу, с мешочком на голове	-	Броски мяча двумя руками из-за головы через веревку, натянутую на уровне груди ребенка	Подтягивание по скамейке, лежа на животе	«Горелки»	Развивать силу при выполнении на подтягивание по скамейке, лежа на животе
	12	Ходьба с приседанием на звуковой сигнал; бег «Встречные перебежки»	Без предметов	-	Прыжки со сменой положения ног; вместе – врозь с продвижением вперед на 2 м	Броски мешочка с песком в обруч, положенный на пол с расстоянием 1 м правой рукой – «Попади в обруч»	Лазанье по лесенке, не пропуская перекладин, спуск вниз	«Горелки»	Учить лазать по лесенке, не пропуская перекладин, спуск вниз

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E9A08C1CE90D16

Апрель

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба в колонне со сменой ведущего. Бег в колонне по одному	С кеглями	-	Подскоки вверх на месте: ноги вместе, ноги врозь, одна – вперёд, другая – назад	Катание мяча друг другу с расст. 1,5 м из разных и.п.	Ползание на четвереньках в сочетании с подползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см прямо	«Кто скорее до флажка»	Учить разным видам прыжков: ноги вместе, ноги врозь, одна – вперёд, другая – назад
	2	Ходьба в колонне со сменой ведущего. Бег в колонне по одному	Без предметов	Ходьба по доске, лежащей на полу, руки в стороны	Подскоки вверх на месте: ноги вместе, ноги врозь, одна – вперёд, другая назад	-	Ползание на четвереньках в сочетании с подползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см прямо	«Кто скорее до флажка»	Тренировать в ползании на четвереньках в сочетании с подползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см прямо
	3	Ходьба в колонне со сменой ведущего. Бег в колонне по одному	С кубиками	Ходьба по доске, лежащей на полу, руки в стороны	-	Катание мяча друг другу с расст. 1,5 м из разных и.п.	Ползание на четвереньках в сочетании с подползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см прямо	«Медведи и пчёлы»	Тренировать в упражнениях на равновесие
2	4	Ходьба в колонне со сменой ведущего. Бег в колонне по одному	С обручем	Ходьба по доске, лежащей на полу, руки на поясе	Подскоки вверх на месте: ноги вместе, ноги врозь, одна – вперёд, другая назад	Катание мяча друг другу между предметами с расст. 2 м из разных и.п.	-	«Медведи и пчёлы»	Закрепить умение прокатывать мяч из разных и.п., между предметами, не задевая предметы
	5	Ходьба в колонне по 1: змейкой, в рассыпную, бег: змейкой, в рассыпную	С обручем	Бег между расставленными на полу кубиками, не касаясь их	Подскоки на месте с хлопками перед собой, над головой, за спиной	-	Ползание на четвереньках змейкой под дугами	«Не оставайся на полу»	Учить подскокам на месте с хлопками перед собой, над головой, за спиной

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

	6	Ходьба в колонне по 1: змейкой, врассыпную, бег: змейкой, врассыпную	С мячом	Бег между расставленными на полу кубиками	Подскоки на месте с хлопками перед собой, над головой, за спиной	Катание мяча с целью попасть в кегли		«Не оставайся на полу»	Тренировать в катании мяча с целью попасть в кегли
3	7	Ходьба в колонне по 1: змейкой, врассыпную, бег: змейкой, врассыпную	Со скакалкой	Ходьба с переступанием через палку, поднятую на 20 см от пола	-	Катание мяча с целью попасть в кегли	Ползание на четвереньках змейкой между предметами	«Охотники изайцы»	Совершенствовать умение ползать на четвереньках змейкой между предметами
	8	Ходьба в колонне по 1: змейкой, врассыпную, бег: змейкой, врассыпную	Без предметов	-	Подскоки на месте с хлопками перед собой, над головой, за спиной	Катание мяча змейкой между предметами	Ползание на четвереньках змейкой между предметами	«Охотники изайцы»	Способствовать тренировке выносливости
	9	Ходьба, бег с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса	С мячом	Ходьба по наклонной доске и спуск с неё с поворотом вокруг себя на середине подъёма	Прыжки с продвижением вперёд через 6-8 линий (расст. 60 см)	-	Ползание в прямом направлении на расст. 4-6 м	«Мы весёлые ребята»	Воспитывать умение детей в ходьбе по наклонной доске и спуску с неё с поворотом вокруг себя на середине подъёма
4	10	Ходьба, бег с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса	С обручем	Ходьба по наклонной доске и спуск с неё с поворотом вокруг себя на середине подъёма	Прыжки с продвижением вперёд через 6-8 линий (расст. 60 см)	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расст. 2 м)	-	«Мы весёлые ребята»	Тренировать в прыжках с продвижением вперёд через 6-8 линий
	11	Ходьба, бег с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса	Без предметов	Ходьба по наклонной доске и спуск с неё с поворотом вокруг себя на середине подъёма	-	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расст. 2 м)	Ползание по доске, лежащей на полу, до её конца, подтянуться и хлопнуть ладошкой над головой	«Шишки, желуди, орехи»	Обучать ползанию по доске с выполнением заданий
	12	Ходьба, бег с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса	Без предметов	-	Прыжки с продвижением вперёд через 6-8 линий (расст. 60 см)	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой	Ползание по доске, лежащей на полу, до её конца	«Шишки, желуди, орехи»	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой

Документ подписан в электронной форме

Май

не де ля	заня тие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	Без предметов	Ходьба поузкой рейке	Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд	-	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюкзаком за спиной	«Затейники»	Упражнять в ходьбе по узкой рейке, сохраняя равновесие
	2	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	С мячом	Ходьба по скамейке, на конце присесть, руки вперёд, соскок на обозначенное место	Прыжки на двух ногах через предметы с продвижением вперёд	Игровое задание «Мяч капитану»	-	«Затейники»	Упражнять в прыжках через предметы с усложнением, добываясь ритмичности и лёгкости выполнения
	3	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	С палкой	Ходьба по скамейке, на конце присесть, руки вперёд, соскок на обозначенное место	-	Игровое задание «Мяч капитану»	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюкзаком за спиной	«Ловишки – перебежки»	Развивать глазомер при выполнении заданий с мячом
2	4	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	С мячом	-	Прыжки на двух ногах через предметы с продвижением вперёд	Игровое задание «Мяч капитану»	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюкзаком за спиной	«Ловишки – перебежки»	Закрепить умение выполнять пружинистые прыжки через предметы
	5	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высокоподнимаемая колени	С мячом	Бег на носках, между верёвками, лежащими на полу (шир. 15см) с рюкзаком	Прыжки на мат со скамейки (выс. 20см)	-	Ползание попластунски по обозначенному месту	«Пожарные на учении»	Закрепить умения детей ОВД через игровые задания эстафеты
	6	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высокоподнимаемая колени	Со скакалкой	Бег на носках, между верёвками, лежащими на полу (шир. 15см) с рюкзаком	Прыжки на мат со скамейки (выс. 20см)	Метание правой и левой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель с расст. 3м	-	«Пожарные на учении»	Обучать метанию правой и левой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

3	7	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высокоподнимаемая колени	Без предметов	Бег на носках, между верёвками, лежащими на полу (шир. 15см) с рюкзаком	-	Метание правой и левой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель с расст. 3м	Ползание попластунски и обозначенного места	«Ловишки с ленточкой»	Учить ползать попластунски и обозначенного места
	8	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высокоподнимаемая колени	С палкой	-	Прыжки на мат со скамейки (выс. 20см)	Метание правой и левой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель с расст. 3м	Ползание попластунски и обозначенного места	«Ловишки с ленточкой»	Тренировать в прыжках на мат со скамейки
	9	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках, со сменой ведущего	С флажками	Ходьба на носках по буму, раскладывая и собирая предметы	Прыжки в длину с места	Игровое задание «Попади в корзину» (метание малых мячей в корзину)	-	«Ловишки парами»	Научить детей правильному приземлению при прыжках в длину с места
4	10	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках, со сменой ведущего	С флажками	Ходьба на носках по буму, раскладывая и собирая предметы	Прыжки в длину с места	-	«Подлезь и не задень» (подлезание правым и левым боком под дуги, стоящие друг за другом)	«Ловишки парами»	Упражнять в ходьбе на носках по буму, раскладывая и собирая предметы
	11	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках, со сменой ведущего	Без предметов	Ходьба на носках по буму, раскладывая и собирая предметы	-	Игровое задание «Попади в корзину» (метание малых мячей в корзину)	«Подлезь и не задень» (подлезание правым и левым боком под дуги, стоящие друг за другом)	«С кочки на кочку»	Развивать ловкость и меткость при метании мячей в корзину
	12	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках	С мячом	-	Прыжки в длину с места	Игровое задание «Попади в корзину» (метание малых мячей в корзину)	«Подлезь и не задень» (подлезание правым и левым боком под дуги)	«С кочки на кочку»	Закрепить умения детей ОВД через игровые задания эстафеты

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Подготовительная группа

Сентябрь

недел я	зая нтие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	Задачи
1	1	Построение в колонну, игра «По местам». Бег змейкой, по сигналу – смена ведущего, бег в среднем темпе	Без предметов	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки	-	Подбрасывание и ловля мяча вверх, не прижимая к себе	Пролезание в обруч правым и левым боком	«Ловишка, бери ленту»	Учить ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки
	2	Построение в колонну, игра «По местам». Бег змейкой, по сигналу – смена ведущего	С мячами	-	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до обозначенного места	Подбрасывание и ловля мяча вверх, не прижимая к себе	Пролезание в обруч правым и левым боком	«Ловишка, бери ленту»	Тренировать в прыжках на двух ногах с продвижением вперед
	3	Построение в колонну, игра «По местам» Бег змейкой, по сигналу – смена ведущего	Без предметов	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до обозначенного места	Подбрасывание и ловля мяча вверх, не прижимая к себе	-	«Лягушки и цапля»	Тренировать в подбрасывании и ловле мяча вверх, не прижимая к себе
2	4	Обычная ходьба, змейкой между предметами,	С гимнастическими палками	Ходьба по бумажному боком, приставным шагом	Прыжки с мячом, зажатым коленями	-	Ползание на высоких четвереньках по скамейке	«Лягушки и цапля»	Тренировать в прыжках на двух ногах с продвижением
	5	Обычная ходьба, змейкой между предметами, на носках.	С гимнастическими палками	Ходьба по бумажному боком, приставным шагом, руки за голову	-	Подбрасывание и ловля мяча вверх, ловля его в движении	Ползание на высоких четвереньках по скамейке	«Караси и щука»	Тренировать в ходьбе по бумажному боком, приставным шагом, руки за голову
	6	Обычная ходьба, змейкой между предметами, на носках	Без предметов	-	Прыжки с мячом, зажатым коленями, между кеглями	Подбрасывание и ловля мяча вверх, ловля его в движении	Ползание на низких четвереньках по скамейке	«Караси и щука»	Отрабатывать навык подбрасывания и ловли мяча в движении

документ подписан электронной подписью

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

3	7	Ходьбаобычная, на носочках. Бегв колонне друг за другом.	С мячами	Ходьба по буму боком, приставным шагом, руки за голову	Прыжкина двух ногах через препятствие, положенное на полу	Подбрасывание и ловля мяча вверх, ловля его вдвижении	-	«Пустое место»	Тренировать в прыжкахна двух ногах через препятствие, положенное на полу
	8	Ходьбаобычная, на носочках. Бегв колонне друг за другом.	С верёвочками	Ходьбапо скамейке, руки в стороны	Прыжкина двух ногах через препятствие, положенное на полу	-	Ползание на низких четвереньках по скамейке	«Пустое место»	Тренировать в ползании на низких четвереньках по скамейке
	9	Ходьба в колонне по одному, на сигнал- смена направле- ния. Бег на носках, подскоки.	С обру- чами	-	Прыжки вверх из глубокого приседа, продвига- ясь впе- рёд	Перебрасы- вание мяча в парах из ис- ходного по- ложения стоя и сидя на ко- леньях, лицом друг к другу	Ползание на четве- реньках по доске, по скамейке, спуск по наклонной доске	«Горелки»	Обучать прыж- кам вверх из глубоко- го при- седа
4	1 0	Ходьба в колонне по одному, на сигнал- смена направле- ния. Бег на носках, подскоки.	С обру- чами	Ходьба по уз- кой рейке ска- мейки	-	Элементы футбола- вести мяч но- гой между предметами, змейкой	Ползание на четве- реньках по доске, по скамейке, спуск по наклонной доске	«Горелки»	Учить веде- нию мя- ча но- гой, не задевая предме- ты
	1 1	Ходьба в колонне по одному, на сигнал- смена направле- ния. Бег на носках, подскоки.	Аэро- бика	-	Прыжки вверх из глубокого приседа, продвига- ясь впе- рёд	Перебрасы- вание мяча в парах из ис- ходного по- ложения стоя и сидя на ко- леньях, лицом друг к другу	-	«Отбери мяч у про- тивника»	Повто- рить разные виды прыж- ков
	1 2	Ходьба в колонне по одному, на сигнал- смена направле- ния. Бег на носках, подскоки.	Аэро- бика	Ходьба по уз- кой рейке ска- мейки	Прыжки вверх из глубокого приседа, продвига- ясь впе- рёд	Элементы футбола- вести мяч но- гой между предметами, змейкой	Игровое задание «Проползи и не уро- ни»	«Отбери мяч у про- тивника»	Закре- пить умения детей ОВД че- рез иг- ровые задания и эста- феты

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

Октябрь

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба в колонне по одному, на сигнал – смена направления, через предметы, бег на носках с изменением темпа	С об- ручем	Ходьба по «змее», руки в стороны, на середине присесть	Прыж- ки вверх из глу- бокого присе- да на мат – запрыг- нуть на ска- мейку, покры- тую ма- том (выс. 20см)	Перебрасы- вание мяча в парах из и.п. – стоя, сидя на ко- леньях ли- цом друг к другу	-	«Пере- лёт птиц»	Научить детей вы- полнять прыжки из глубокого приседа
	2	Ходьба в колонне по одному, на сигнал – смена направления, через предметы, бег на носках с изменением темпа	С об- ручем	Ходьба по «змее», руки в стороны, на середине присесть	Прыж- ки вверх из глу- бокого присе- да на мат – запрыг- нуть на ска- мейку, покры- тую ма- том (выс. 20см)	-	Ползание на низких четве- реньках по наклон- ной дос- ке, по скамейке и спуск по наклон- ной дос- ке	«Пере- лёт птиц»	Упражнять в ползании по наклон- ной доске
	3	Ходьба в колонне по одному, на сигнал – смена направления, через предметы, бег на носках с изменением темпа	Аэро- бика под музы- ку	Ходьба по «змее», руки в стороны, на середине присесть	-	Перебрасы- вание мяча в парах из и.п. – стоя, сидя на ко- леньях ли- цом друг к другу	Ползание на низких четве- реньках по наклон- ной дос- ке, по скамейке и спуск по наклон- ной дос- ке	«Кого назва- ли, тот и ло- вит»	Закрепить умение перебра- сывать мяч в парах из разных исходных положе- ний
2	4	Ходьба в колонне по одному, на сигнал – смена направления, через предметы, бег на носках	Аэробика под музыку	-	Прыжки вверх из глубокого приседа на мат – запрыгнуть на скамейку, покрытую матом	Перебрасывание мяча в парах из и.п. – стоя, сидя на коленях лицом друг к другу	Ползание на низких четвереньках по наклонной доске	«Кого назвали, тот и ловит»	Способствовать тренировке скорости реакции, ловкости
	5	Ходьба гимнастическим шагом, с приподнятыми руками на поясе, приставным шагом вперёд с приседанием, руки на поясе, бег, подскоки	С об- ручем	Ходьба по гимнасти- ческой ска- мейке с выпол- нением упраж- нений на ко- орди- нацию движе- ний	«Полоса препят- ствий»: прыжки через мо- дули раз- ной высо- ты (10, 20, 30 см)	Перебра- сывание мяча двумя руками от груди (в парах)	-	«Со- вуш- ка»	Научить перебра- сывать мяч в парах от груди

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

	6	Ходьба гимнастическим шагом, с притопом, бег, подскоки	С об-ручем	Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением упражнений на координацию движений	«Полоса препятствий»: прыжки через модули разной высоты (10, 20, 30 см)	-	Ползание на высоких четвереньках по гимнастической скамейке	«Со-вух-ка»	Развивать скоростные качества
3	7	Ходьба гимнастическим шагом, с притопом, руки на поясе, приставным шагом	С мячами	Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением упражнений на координацию движений	-	Перебрасывание мяча двумя руками от груди (в парах)	Ползание на высоких четвереньках по гимнастической скамейке	«Наседка и коршун»	Развивать ловкость в упражнениях с мячом
	8	Ходьба гимнастическим шагом, с притопом, бег	С мячами	-	«Полоса препятствий»: прыжки через модули разной высоты	Перебрасывание мяча двумя руками от груди (в парах)	Ползание на высоких четвереньках по гимнастической скамейке	«Наседка и коршун»	Воспитывать умение действовать в коллективе
	9	Ходьба на носках, руки за голову, на пятках, руки за спину, бег широким шагом	С лентой	Ходьба по скамейке, руки в стороны	Прыжки с зажатым мячом между колен до ориентира	-	Пролезание под дугами удобным способом	«Мяч водящему»	Тренировать в прыжках с зажатым мячом между колен до ориентира
4	10	Ходьба на носках, руки за голову, на пятках, руки за спину, бег широким шагом	С лентой	Ходьба по скамейке, руки в стороны	Прыжки с зажатым мячом между колен до ориентира	Ведение футбольного мяча ногой по прямой до ориентира, обойти ориентир и вернуться обратно	-	«Мяч водящему»	Учить ведению футбольного мяча ногой по прямой до ориентира
	11	Ходьба на носках, руки за голову, на пятках, руки за спину, бег широким шагом	Без предметов	Ходьба по скамейке, руки в стороны	-	Ведение футбольного мяча ногой по прямой до ориентира, обойти ориентир и вернуться обратно	Пролезание под дугами удобным способом	«Докажи об руч до флажка»	Тренировать в пролезании под дугами удобным способом
	12	Ходьба на носках, руки за голову, на пятках, руки за спину, бег широким шагом	Без предметов	-	Прыжки с зажатым мячом между колен до ориентира	Ведение футбольного мяча ногой по прямой до ориентира, обойти ориентир и вернуться	Пролезание под дугами удобным способом	«Докажи об руч до флажка»	Упражнять в ходьбе, беге с раз личным заданием

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EBA08C1CE90D16

Ноябрь

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Построение в колонну, игра «По местам». Повороты направо, налево, перестроение в 2 колонны. Бег в среднем темпе 40 сек.	С лентой	Ходьба на носках по гимнастической скамейке	Прыжки через модули разной высоты (10-15-20 см)	-	Пролезание в ворота «Проползи и не задень»	«Охотники и утки»	Тренировать в прыжках через модули разной высоты
	2	Построение в колонну, игра «По местам». Повороты направо, налево, перестроение в 2 колонны. Бег в среднем темпе 40 сек.	С лентой	Ходьба на носках по гимнастической скамейке	Прыжки через модули разной высоты (10-15-20 см)	Бросание мячей в большую корзину	-	«Охотники и утки»	Учить забрасывать мячи в большую корзину
	3	Ходьба на носках, на пятках, бег на носках, с захлестыванием голени	Со скакалкой	Ходьба на носках по гимнастической скамейке	-	Бросание мячей в большую корзину	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках	«Стой! »	Воспитывать умение выполнять движения ритмично, согласованно с музыкой
2	4	Ходьба на носках, на пятках, бег на носках, с захлестыванием голени	Со скакалкой	-	Прыжки через модули разной высоты (10-15-20 см)	Бросание мячей в большую корзину	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках	«Стой! »	Развивать скоростно-силовые качества в прыжках через модули
	5	Повороты на месте направо, налево, кругом, в движении. Ходьба на носках, бег змейкой	С лентами	Ходьба по скамейке с поворотом кругом на середине	Прыжки через 8 набивных мячей, последовательно через каждый	-	Ползание по гимнастической скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами	«Ловишка с мячом»	Закрепить умение в ходьбе по скамейке с поворотом кругом на середине
	6	Повороты на месте направо, налево, кругом, в движении. Ходьба на носках, бег змейкой	Со скакалкой	Ходьба по скамейке с поворотом кругом на середине	Прыжки через 8 набивных мячей, последовательно через каждый	Работа с мячом в движении одной рукой	-	«Ловишка с мячом»	Обучать прыжкам через набивные мячи, последовательно через каждый

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

3	7	Поворотына месте направо, налево, кругом, в движении. Ходьба наносках, бег змейкой	С лентами	Ходьба по скамейке с поворотом кругом на середине	-	Работа с мячом в движенииодной рукой	Ползаниепо гимнастической скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами	«Медведи и пчёлы»	Упражнять в ходьбе по скамейке с поворотом кругом на середине
	8	Поворотына месте направо, налево, кругом, в движении. Ходьба наносках, бег	Без предметов	-	Прыжкичерез 8 набивных мячей, последовательно через каждый	Работа с мячом в движенииодной рукой	Ползаниепо гимнастической скамейке на спине	«Медведи и пчёлы»	Закрепить умение ползатьпо скамейке на спине
	9	Перестроенияв шеренге, колонне. Ходьба с заданием для рук. Бег по кругу, по сигналу смена ведущего	С обручами	Ходьбапо «змее» смячом в руках, на середине присесть	Прыжки: стоя на месте и с продвижением вперёд через обручи	-	Ползаниепо – пластунски под шнуром до ориентира	«Ловишки с приседанием»	Обучать ползать по – пластунски до ориентира
4	10	Перестроенияв шеренге, колонне. Ходьба с заданием для рук. Бег по кругу, по сигналу – смена ведущего	Без предметов	Ходьбапо «змее» смячом в руках, на середине присесть	Прыжки: стоя на месте и с продвижением вперёд через обручи	Метание малого мяча в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой(расст. 3 м)	-	«Ловишки с приседанием»	Обучатьметать малый мяч в вертикальнуюцель
	11	Перестроенияв шеренге, колонне. Ходьба с заданием для рук. Бег по кругу, по сигналу смена ведущего	С обручами	Ходьбапо «змее» смячом в руках, на середине присесть	-	Метание малого мяча в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой(расст. 3 м)	Ползаниепо – пластунски под шнуром до ориентира	«Охотники и звери»	Тренировать в ходьбе по «змее» с мячом в руках, на серединеприсесть
	12	Перестроенияв шеренге, колонне. Ходьба с заданием для рук. Бег по кругу, по сигналу смена ведущего	Без предметов	-	Прыжки: стоя на месте и с продвижением вперёд через обручи	Метание малого мяча в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой(расст. 3 м)	Ползаниепо – пластунски под шнуром до ориентира	«Охотники и звери»	Тренировать в прыжкахна местес продвижением вперёд

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

Декабрь

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба в колонне по 1: змейкой, врассып- ную, бег: змейкой, врассып- ную	С мя- чом	Ходьба с переступа- нием че- рез палку, поднятую на 20 см от пола	Под- скоки на ме- сте с хлоп- ками перед собой, над голо- вой, за спиной	-	Ползание на четве- реньках змейкой между предме- тами	«Два Моро- за»	Учить под- скокам на месте с хлоп- ками перед собой, над головой, за спиной
	2	Ходьба в колонне по 1: змейкой, врассып- ную, бег: змейкой, врассып-	С пал- кой	Ходьба с переступа- нием че- рез палку, поднятую на 20 см от пола	Под- скоки на ме- сте с хлоп- ками перед собой, над	Ката- ние мяча с це- лью по- пасть в кегли	-	«Два Моро- за»	Тренировать в катании мяча с целью попасть в кегли
	3	Ходьба в колонне по 1: змейкой, врассыпную, бег: змейкой, врассыпную	С обручем	Ходьба с переступанием через палку, поднятую на 20 см от пола	-	Катание мяча с целью попасть в кегли	Ползание на четвереньках змейкой между предметами	«Мяч капитан у»	Совершенствов ать умение ползать на четвереньках змейкой между предметами
2	4	Ходьба в колонне по 1: змейкой, врассып- ную, бег: змейкой, врассып- ную	Без пред- метов	-	Под- скоки на ме- сте с хлоп- ками перед собой, над голо- вой, за спиной	Ката- ние мяча с це- лью по- пасть в кегли	Ползание на четве- реньках змейкой между предме- тами	«Мяч капита- ну»	Воспитывать вниматель- ность при выполнении двигательной активности
	5	Ходьба в колонне со сменой ведущего. Бег в колонне по одному	Без предметов	Ходьба по доске, лежащей на полу, руки в стороны	Подскоки вверх на месте: ноги вместе, ноги врозь, одна – вперед, другая назад	Катание мяча друг другу между предметам и с расст. 2 м из разных и.п.	-	«Мышел овка»	Закрепить умение прокатывать мяч из разных и.п., между предметами, не задевая предметы
	6	Ходьба в колонне со сменой ведущего. Бег в колонне по одному	С флажками	Ходьба по доске, лежащей на полу, руки в стороны	Подскоки вверх на месте: ноги вместе, ноги врозь, одна – вперед, другая назад	-	Ползание на четвереньках в сочетании с подползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см	«Мышел овка»	Тренировать упражнения на равновесие

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EFA08C1CE90D16

3	7	Ходьба колонне со сменой ведущего. Бег в колонне по одному	С палкой	Ходьба по доске, лежащей на полу, руки в стороны	-	Катание мяча друг другу между предметам и с расст. 2 м из разных п.	Ползание на четвереньках в сочетании с подползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см	«Шлёпанки»	Тренировать ползание на четвереньках в сочетании с подползанием под верёвку
	8	Ходьба колонне со сменой ведущего. Бег в колонне по одному	С мячом	-	Подскоки вверх на месте: ноги вместе, ноги врозь, одна – вперёд, другая назад	Катание мяча друг другу между предметам и с расст. 2 м из разных п.	Ползание на четвереньках в сочетании с подползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см	«Шлёпанки»	Способствовать тренировке выносливости
	9	Ходьба: на носках, на внешней стороне стопы, на пятках бег: на носках, с высоким подниманием колен	С мячом	-	Прыжки вверх с трёх-четырёх шагов, стараясь коснуться надувного шара	Метание мяча в вертикальную цель, стоя на коленях	Ползание по гимнастической скамейке на животе с чередующим перехватом рук	«Шишки, жёлуди, орехи»	Учить прыжкам вверх с трёх-четырёх шагов, стараясь коснуться надувного шара
4	10	Ходьба: на носках, на внешней стороне стопы, на пятках бег: на носках, с высоким подниманием колен	Без предметов	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки	Прыжки вверх с трёх-четырёх шагов, стараясь коснуться надувного шара	Метание мяча в вертикальную цель, стоя на коленях		«Шишки, жёлуди, орехи»	Тренировать в метании мяча в вертикальную цель, стоя на коленях
	11	Ходьба: на носках, на внешней стороне стопы, на пятках бег: на носках, с высоким подниманием колен	С гантелями	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки	Прыжки вверх с трёх-четырёх шагов, стараясь коснуться надувного шара	-	Ползание по гимнастической скамейке на животе с чередующим перехватом рук	«Третий – лишний»	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе с чередующим перехватом рук
	12	Ходьба: на носках, на внешней стороне стопы; бег, галоп	Аэробика	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки	-	Метание мяча в вертикальную цель стоя	Ползание по гимнастической скамейке на животе	«Третий – лишний»	Упражнять в ходьбе на равновесие

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

Январь

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба сперекатом с пятки наносок, руки на поясе, бег змейкой, высоко поднимая колени	С лентами	Ходьба по буму, высоко поднимая колени через модули	Запрыгивание на куб выс. 30см и спрыгивание снега на мат	«Попади в корзину» дети по очереди бросают мяч с целью попасть в корзину	-	«С кочки на кочку»	Развивать равновесие в ходьбе по буму, высоко поднимая колени через модули
	2	Ходьба сперекатом с пятки наносок, руки на поясе, бег змейкой, с захлестом голени назад	С палкой	Ходьба по буму, высоко поднимая колени через модули	Запрыгивание на куб выс. 30см и спрыгивание снега на мат	-	Ползание по – пластунски до ориентира на расст. 4м	«С кочки на кочку»	Учить детей ползать по –пластунски до ориентира на расст. 4 м
	3	Ходьба сперекатом с пятки наносок, руки на поясе, бег змейкой, боковой галоп	С обручем	Ходьба по буму, высоко поднимая колени через модули	-	«Попади в корзину» дети по очереди бросают мяч с целью попасть в корзину	Ползание по – пластунски до ориентира на расст. 4м	«Мышеловка»	Упражнять детей в бросании мяча с целью попасть в корзину
2	4	Ходьба сперекатом с пятки наносок, руки на поясе, бег змейкой, прямой галоп	Аэробика	-	Запрыгивание на куб выс. 30см и спрыгивание снега на мат	«Попади в корзину» дети по очереди бросают мяч	Ползание по – пластунски до ориентира на расст. 4м	«Мышеловка»	Побуждать детей совершенствовать двигательные навыки в соревновательной деятельности
	5	Ходьба, бег обычный, с преодолением препятствий. Бег с захлестом голени назад	С обручем	Ходьба с перешагиванием через модули	Прыжки скамейку и спрыгивание обратно со скамейки выс. 20см	-	Ползание попластунски под шнуром до ориентира (4м)	«Гуси – лебеди»	Совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по буму

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E9A08C1CE90D16

	6	Ходьба, бег обычный, с преодолением препятствий. Бег с захлестом голени назад	Без предметов	Ходьба с перешагиванием через модули	Прыжки на скамейку и спрыгивание обратно со скамейки выс. 20см	Броски мячи-ка в цель (в корзину) из и.п. – стоя на коленях; сидя и др. (по 3 раза)	-	«Гуси – лебеди»	Учить бросать мячики малого диаметра с целью попасть в цель из разных и.п.
3	7	Ходьба, бег обычный, с преодолением препятствий. Бег с захлестом голени назад	С палкой	Ходьба с перешагиванием через модули	-	Броски мячи-ка в цель (в корзину) из и.п. – стоя на коленях; сидя и др.	Ползание по-пластунски под шнуром до ориентира (4м)	«Совушка»	Закрепить умение ползать по-пластунски
	8	Ходьба, бег обычный, с преодолением препятствий. Бег с захлестом голени назад	С обручем	-	Прыжки на скамейку и спрыгивание обратно со скамейки выс. 20см	Броски мячи-ка в цель (в корзину) из и.п. – стоя на коленях; сидя и др.	Ползание по-пластунски под шнуром до ориентира (4м)	«Совушка»	Развивать точность движений и глазомер при бросании мячей в цель
	9	Ходьба имитационная: лыжника, конькобежца; в сочетании с прыжками на 2-х ногах, бег короткой и длинной змейкой	Без предметов	Ходьба по буму с мячом в руках на носках, на середине поворот вокруг себя	Прыжки в длину с места (не менее 100см)	-	Подлезание под дуги выс. 50см (3 шт.) в группировке	«Пожарные на учении»	Учить прыжкам в длину с места. Развивать скоростные качества в беге
4	10	Ходьба имитационная: лыжника, конькобежца; в сочетании с прыжками на 2-х ногах, бег короткой и длинной змейкой	В парах	Ходьба по буму с мячом в руках на носках, на середине поворот вокруг себя	Прыжки в длину с места (не менее 100см)	Ведение мяча разными способами между предметами; по сигналу – бег с мячом на и.п.	-	«Пожарные на учении»	Тренировать в ведении мяча разными способами между предметами

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
 ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
 Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E9A08C1CE90D16

Февраль

неделя	занятие	содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба с перестроением в пары в движении; бег, выбрасывая прямые ноги вперёд, руки на поясе	Без предметов	Лёгкий бег по буму и соскок в обозначенное место (обруч)	Прыжки через короткую скакалку на месте	-	Лазанье по гимнастической лестнице до флажка и спуск с неё	«Караси и щука»	Учить прыгать через короткую скакалку на месте
	2	Ходьба с перестроением в пары в движении; бег, выбрасывая прямые ноги вперёд, руки на поясе	С обручем	Лёгкий бег по буму и соскок в обозначенное место (обруч)	Прыжки через короткую скакалку на месте	«Подбей волан» - подбивание волана ракеткой, стараясь ударить как можно больше раз	-	«Караси и щука»	Научить отбивать волан ракеткой, не роняя на пол
	3	Ходьба с ритмичными хлопками над головой, под правую ногу; бег мелким и широким шагом	Без предметов	Ходьба по скамейке навстречу друг другу; на середине разойтись	-	«Подбей волан» - подбивание волана ракеткой, стараясь ударить как можно больше раз	Лазанье по лестнице до флажка и спуск с неё	«Бездомный заяц»	Тренировать в лазанье по лестнице до флажка и спуску с неё
2	4	Ходьба с ритмичными хлопками над головой, под правую ногу; бег мелким и широким шагом	С кеглей	-	Прыжки через короткую скакалку на месте в парах	Метание малого мяча в движущуюся цель (катящийся обруч, большой мяч) с расст. 3 м	Подлезание под дуги выс. 50 см (3шт) в группировке, не касаясь дуги и пола руками	«Мяч водящему»	Упражнять в метании в движущуюся цель
	5	Ходьба с перекатом с пятки на носок, руки на поясе, низких четвереньках; бег двумя кругами навстречу друг другу	Без предметов	Ходьба по скамейке навстречу друг другу; на середине разойтись	-	Метание малого мяча в движущуюся цель (катящийся обруч, большой мяч) с расст. 3 м	Подлезание под дуги выс. 50 см (3шт) в группировке, не касаясь дуги и пола руками	«Челнок»	Тренировать в метании в движущуюся цель

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EDA08C1CE90D16

	6	Ходьба с перекатом с пятки на носок, руки на поясе, на низких четвереньках; бег двумя кругами навстречу друг другу	С кеглями	-	Прыжок разбега в высоту (через шнур, натянутый на выс. 50см)	Метание малого мяча в движущуюся цель (катящийся обруч, большой мяч) с расст. 3м	Подлезание под дуги выс.50 см (3шт) в группировке, не касаясь дуги и пола руками	«Челнок»	Учить прыгать с разбега в высоту, обращая внимание на подборе разбега и активном взмахе руками
3	7	Ходьба выпадами, руки на поясе; бег длинной змейкой	С палкой	Ходьба по скамейке навстречу друг другу; на середине разойтись	Прыжок разбега в высоту (через шнур, натянутый на выс. 50см)	-	Подлезание под дугу правым и левым боком	«Заря»	Совершенствовать технику выполнения прыжка в высоту с разбега
	8	Ходьба выпадами, руки на поясе; бег длинной змейкой	На скамейке	Ходьба по «змее», поднимая поочередно ногу вперед	Прыжки в длину с разбега	Отбивание ракеткой волан, стоя на месте	-	«Заря»	Воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений
	9	Ходьба с перекатом с пятки на носок, руки на поясе, на низких четвереньках; бег двумя кругами навстречу друг другу	С палкой	Ходьба по скамейке навстречу друг другу; на середине разойтись	-	Отбивание ракеткой волан, стоя на месте	Подлезание под дугу правым и левым боком	«Ловишка в кругу»	Тренировать в отбивании волана ракеткой, стоя на месте
4	10	Ходьба с перекатом с пятки на носок, руки на поясе, на низких четвереньках; бег двумя кругами навстречу друг другу	С обручем	Ходьба по скамейке навстречу друг другу; на середине разойтись	Прыжки в длину с разбега	-	Подлезание под дугу правым и левым боком	«Ловишка в кругу»	Упражнять в прыжках в длину с разбега, обращая внимание на правильное приземление

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E9A08C1CE90D16

Март

неделя	занятие	содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба приставным шагом вперёд, руки на поясе; бег в чередовании с прыжками, в быстром темпе 10 м	С обручем	Ходьба по буму, поднимая поочередно ногу вперёд и перекладывая мячик под ногой из одной руки в другую	Прыжки через короткую скакалку	-	Подлезание под дуги правым и левым боком	«Наседка и коршун»	Упражнять в подлезании под дуги правым и левым боком
	2	Ходьба приставным шагом вперёд, руки на поясе; бег в чередовании с прыжками, в быстром темпе 10 м	Без предметов	Ходьба по буму, поднимая поочередно ногу вперёд и перекладывая мячик под ногой из одной руки в другую	-	«Перебрось через сетку» перебрасывание мяча через сетку	Подлезание под дуги правым и левым боком	«Наседка и коршун»	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку
	3	Ходьба с высоким подниманием колен; бег в среднем темпе	Со скакалкой	-	Прыжки через короткую скакалку	«Перебрось через сетку» перебрасывание мяча через сетку	Ползание по скамейке с мешочком на спине	«Охотники и зайцы»	Тренировать в прыжках через короткую скакалку
2	4	Ходьба с высоким подниманием колен; бег в среднем темпе	С верёвочкой	Ходьба по буму на носках, на середине выполнить равновесие «ласточка»	Прыжок с разбега в длину	«Докати обруч до флажка» - прокатывание обруча между кеглями, поставленными в ряд (шир. 50 см)	-	«Охотники и зайцы»	Учить прыгать с разбега в длину
	5	Ходьба с высоким подниманием колен; бег в среднем темпе	Со скакалкой	Ходьба по буму на носках, на середине выполнить равновесие – «ласточка»	Прыжок с разбега в длину	«Докати обруч до флажка» - прокатывание обруча между кеглями, поставленными в ряд (шир. 50 см)	-	«Финики и пташки»	Учить прокатывать обруч между кеглями
	6	«По мостам»; непрерывный бег (1 мин.); с изменением темпа движения	С верёвочкой	Ходьба по бревну прямо, представляя пятку одной ноги к носку другой ноги	«Пингвины» - прыжки на двух ногах с мячом, зажатым между колен	-	Ползание по скамейке с мешочком на спине	«Финики и пташки»	Тренировать в прыжках на двух ногах с мячом, зажатым между колен

документ подписан электронной подписью

3	7	«По ме-стам»; непрерывный бег (1 мин.); с изменением темпа движения	Без предметов	-	«Пингвины» - прыжки на двух ногах с мячом, зажатым между колен	«Не промахнись» бросание мешочка с песком одной рукой снизу в обруч (расст. 4 м)	Пролезание в обруч правым и левым боком (у каждого свой обруч)	«Третий лишний»	Упражнять в бросании мешочка с песком одной рукой снизу в обруч
	8	«По ме-стам»; непрерывный бег (1 мин.); с изменением темпа движения	С обручем	Ходьба по бревну прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги	-	«Не промахнись» бросание мешочка с песком одной рукой снизу в обруч	Пролезание в обруч правым и левым боком (у каждого свой обруч)	«Третий лишний»	Обучать ходьбе по бревну прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги
	9	Ходьба в колонне по одному. Игровое задание «По ровненькой дорожке». Бег в колонне по одному	С обручем	Ходьба по бревну прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги	«Пингвины» прыжки на двух ногах с мячом, зажатым между колен	«Не промахнись» бросание мешочка с песком одной рукой снизу в обруч	-	«Пятнашки»	Тренировать в бросании мешочка с песком одной рукой снизу в обруч
4	10	Ходьба в колонне по одному. Игровое задание «По ровненькой дорожке». Бег в колонне по одному	Без предметов	Задание: отвести прямую ногу назад, в сторону, вперед, руки на пояс	-	«Попади в корзину» дети по очереди бросают мяч целью попасть в корзину (расст. 2,5 м)	Пролезание в обруч правым и левым боком (у каждого свой обруч)	«Пятнашки»	Упражнять в задании на равновесии; способствовать тренировке бега на длинную дистанцию
	11	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперед, руки на пояс	С кеглями	Задание: отвести прямую ногу назад, в сторону, вперед, руки на пояс	«Кто дальше» прыжки в длину с места	-	«Подлезь и не задень» подлезание под дуги, стоящие на расст. 2,5 м друг от друга, к которым подвешены колокольчики	«Гонка мячей в шеренге»	Тренировать в подлезании под дуги, стоящие на расст. 2,5 м друг от друга, к которым подвешены колокольчики и
	12	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперед, руки на пояс	Аэробика	-	«Кто дальше» прыжки в длину с места	«Попади в корзину» дети по очереди бросают мяч целью попасть в корзину (расст. 2,5 м)	«Подлезь и не задень» подлезание под дуги, стоящие на расст. 2,5 м друг от друга, к которым подвешены колокольчики	«Гонка мячей в шеренге»	Воспитывать умение действовать коллективно в игре

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E9A08C1CE90D16

Апрель

неделя	занятие	Содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба в колонне со сме- ной ве- дущего. Бег в ко- лонне по одному	С кеглями	-	Под- скоки вверх на ме- сте: ноги вме- сте, ноги врозь, одна – впе- рёд, другая – назад	Катание мяча друг дру- гу с расст. 1,5 м из раз- ных и.п.	Ползание на четве- реньках в сочетании с подпол- занием под верёв- ку, подня- тую на вы- соту 40 см прямо	«Кто скорее до флаж- ка»	Учить раз- ным ви- дам прыжков ноги вме- сте, ноги врозь, од- на – впе- рёд, дру- гая – назад
	2	Ходьба в колонне со сме- ной ве- дущего. Бег в ко- лонне по одному	Без пред- метов	Ходьба по дос- ке, ле- жащей на полу, руки в стороны	Под- скоки вверх на ме- сте: ноги вме- сте, ноги врозь, одна – впе- рёд, другая назад	-	Ползание на четве- реньках в сочетании с подпол- занием под верёв- ку, подня- тую на вы- соту 40 см прямо	«Кто скорее до флаж- ка»	Трениро- вать в пол- зании на четве- реньках в сочетании с подпол- занием под верёв- ку, подня- тую на вы- соту 40 см прямо
	3	Ходьба в колонне со сме- ной ве- дущего. Бег в ко- лонне по одному	С куби- ками	Ходьба по дос- ке, ле- жащей на полу, руки в стороны	-	Катание мяча друг дру- гу с расст. 1,5 м из раз- ных и.п.	Ползание на четве- реньках в сочетании с подпол- занием под верёв- ку, поднятую на высоту 40 см прямо	«Мед- веди и пчёлы»	Трениро- вать в упражне- ниях на равнове- сие
2	4	Ходьба в колонне со сме- ной ве- дущего. Бег в ко- лонне по одному	С обру- чем	Ходьба по дос- ке, ле- жащей на полу, руки на поясе	Под- скоки вверх на ме- сте: ноги вме- сте, ноги врозь, одна – впе- рёд, другая назад	Катание мяча друг дру- гу меж- ду пред- метами с расст. 2 м из раз- ных и.п.	-	«Мед- веди и пчёлы»	Закрепить умение прокаты- вать мяч из разных и.п., меж- ду пред- метами, не задевая предметы
	5	Ходьба в колонне по 1: змейкой, врассып- ную, бег: змейкой, врассып- ную	С об- ручем	Бег между расстав- ленными на полу кубика- ми, не касаясь их	Подско- ки на месте с хлопка- ми пе- ред со- бой, над головой, за спи- ной	-	Ползание на четве- реньках змейкой под ду- гами	«Не оста- вайся на по- лу»	Учить под- скокам на месте с хлопками перед со- бой, над го- ловой, за спиной

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E9A08C1CE90D16

	6	Ходьба в колонне по I: змейкой, врассыпную, бег: змейкой, врассыпную	С мя- чом	Бег между расставленными на полу кубика- ми	Подско- ки на месте с хлопка- ми перед со- бой, над головой, за спи- ной	Ката- ние мяча с целью по- пасть в кегли		«Не оста- вайся на по- лу»	Тренировать в катании мяча с це- лью попасть в кегли
3	7	Ходьба в колонне по I: змейкой, врассыпную, бег: змейкой, врассыпную	Со скакал кал- кой	Ходьба с пересту- панием через палку, подня- тую на 20 см от пола	-	Ката- ние мяча с целью по- пасть в кегли	Ползание на четве- реньках змейкой между предме- тами	«Охот- ники и зайцы»	Совершен- ствовать умение пол- зать на чет- вереньках змейкой между предметами
	8	Ходьба в колонне по I: змейкой, врассыпную, бег: змейкой, врассыпную	Без предметов	-	Подскоки на месте с хлопками перед собой, над головой, за спиной	Катание мяча змейкой между предметами	Ползание на четвереньках змейкой между предметами	«Охотники и зайцы»	Способствовать тренировке выносливости
	9	Ходьба, бег с до- полни- тель-ным задани- ем для рук и плечево- го пояса	С мя- чом	Ходьба по наклон- ной дос- ке и спуск с неё с поворо- том во- круг себя на сере- дине подъёма	Прыжки с про- движе- нием вперёд через 6- 8 линий (расст.60 см)	-	Ползание в прямом направ- лении на расст. 4- 6м	«Мы весе- лые ребя- та»	Воспитывать умение де- тей в ходьбе по наклон- ной доске и спуску с неё с поворотом вокруг себя на середине подъёма
4	10	Ходьба, бег с до- полни- тель-ным задани- ем для рук и плечево- го пояса	С об- ручем	Ходьба по наклон- ной дос- ке и спуск с неё с поворо- том во- круг себя на сере- дине подъёма	Прыжки с про- движе- нием вперёд через 6- 8 линий (расст.60 см)	Мета- ние пред- метов в гори- зон- таль- ную цель правой и ле- вой рукой (расст. 2 м)	-	«Мы весе- лые ребя- та»	Тренировать в прыжках с продвиже- нием вперёд через 6-8 линий
	11	Ходьба, бег с до- полни- тель-ным задани- ем для рук и плечево- го пояса	Без пред- метов	Ходьба по наклон- ной дос- ке и спуск с неё с поворо- том во- круг себя на сере- дине подъёма	-	Мета- ние пред- метов в гори- зон- таль- ную цель правой и ле- вой рукой (расст. 2 м)	Ползание по доске, лежащей на полу, до её конца, подтя- нуться и хлопнуть в ладоши над голо- вой	«Шиш ки, жёлу- ди, орехи»	Обучать ползанию по доске с вы- полнением заданий
	12	Ходьба, бег с дополнитель-ным заданием для рук и плечевого пояса	Без предметов	-	Прыжки с продвижением вперёд через 68 линий (расст.60см)	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой	Ползание по доске, лежащей на полу, до её конца	«Шишки, жёлуди, орехи»	Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой

Документ подписан электронной подписью

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926EFA08C1CE90D16

Май

неделя	зая нятые	содержание: ходьба, бег	ОРУ	равновесие	прыжки	метание	лазание	подвижная игра	задачи
1	1	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	Без предметов	Ходьба по узкой рейке	Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд	-	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюкзаком за спиной	«Затейники»	Упражнять в ходьбе по узкой рейке, сохраняя равновесие
	2	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	С мячом	Ходьба по скамейке, на конце приставить, руки вперёд, соскок на обозначенное место	Прыжки на двух ногах через предметы с продвижением вперёд	Игровое задание «Мяч капитану»	-	«Затейники»	Упражнять в прыжках через предметы с усложнением, добиваясь ритmicности и лёгкости выполнения
	3	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	С палкой	Ходьба по скамейке, на конце приставить, руки вперёд, соскок на обозначенное место	-	Игровое задание «Мяч капитану»	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюкзаком за спиной	«Ловишки – перебежки»	Развивать глазомер при выполнении заданий с мячом
2	4	Ходьба с изменением направления по ориентирам. Бег с прямыми ногами вперёд, руки на поясе	С мячом	-	Прыжки на двух ногах через предметы с продвижением вперёд	Игровое задание «Мяч капитану»	Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюкзаком за спиной	«Ловишки – перебежки»	Закрепить умение выполнять пружинистые прыжки через предметы
	5	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высоко поднимая колени	С мячом	Бег на носках, между верёвками, лежащими на полу (шир. 15см) с рюкзаком	Прыжки на мат со скамейки (выс. 20см)	-	Ползание попластунски до обозначенного места	«Пожарные на учении»	Закрепить умения детей ОВД через игровые задания и эстафеты
	6	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высоко поднимая колени	Со скакалкой	Бег на носках, между верёвками, лежащими на полу (шир. 15см) с рюкзаком	Прыжки на мат со скамейки (выс. 20см)	Метание правой и левой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель с расст. 3м	-	«Пожарные на учении»	Обучать метанию правой и левой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель

документ подписан электронной подписью

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E0A08C1CE90D16

3	7	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высоко поднимая колени	Без предметов	Бег на носках, между верёвками, лежащими на полу (шир. 15см) с рюкзаком	-	Метание правой и левой рукой маленьких мячиков в горизонтальную цель с расст.3м	Ползание попластунски до обозначенного места	«Ловишки ленточкой»	Учить ползать попластунски до обозначенного места
	8	Ходьба с заданием для рук, бег обычный, высоко поднимая колени	С палкой	-	Прыжки на мат со скамейки(выс. 20см)	Метание правой и левойрукой маленьких мячиков в горизонтальную цель с расст.3м	Ползание попластунски до обозначенного места	«Ловишки ленточкой»	Тренировать в прыжках на мат со скамейки
	9	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках, со сменой ведущего	С флажками	Ходьба на носках по буму, раскладывая и собирая предметы	Прыжки в длину с места	Игровое задание «Попади в корзину» (метание малых мячей в корзину)	-	«Ловишки парами»	Научить детей правильному приземлению при прыжках в длину с места
4	10	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках, со сменой ведущего	С флажками	Ходьба на носках по буму, раскладывая и собирая предметы	Прыжки в длину с места	-	«Подлезь и не задень» (подлезание правым и левым боком под дуги, стоящие друг за другом)	«Ловишки парами»	Упражнять в ходьбе на носках по буму, раскладывая и собирая предметы
	11	Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег змейкой на носках, со сменой ведущего	Без предметов	Ходьба на носках по буму, раскладывая и собирая предметы	-	Игровое задание «Попади в корзину» (метание малых мячей в корзину)	«Подлезь и не задень» (подлезание правым и левым боком под дуги, стоящие друг за другом)	«С кочкина кочку»	Развивать ловкость и меткость при метании мячей в корзину

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 74 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Безрученко Галина
Дмитриевна, Заведующий

28.10.24 15:57 (MSK)

Сертификат AF0519099E9F996926E0A08C1CE90D16

3.7. Методическое обеспечение.

Перечень методических пособий, используемых при реализации образовательной деятельности в направлении физического развития детей с ОВЗ (с ТНР):

1. Анисимова Г.И. Новые песенки для занятий в логопедическом детском саду. – СПб: Каро, 2008.
2. Щетинин М.Н. Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей. - Москва, Айрис-пресс 2007.
3. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). - М.: Владос 2001.
4. Подольская Е.И. Дошкольное воспитание. Формы оздоровления детей 4-7 лет. Кинезиологическая и дыхательная гимнастики, комплексы утренних зарядок. - Волгоград: Издательство Учитель, 2009.
5. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка/ пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. – М.: Издательство Аркти, 2000.
6. Потапчук А.А., Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. Программы диагностики и коррекции нарушений. - СПб: Речь, 2001. 38
7. Антонов Ю.Е., Кунзецова М.Н., Саулина Т.Ф. Здоровый дошкольник. Социально-оздоровительная технология 21 века. - М.: 2000.
8. Воротилкина И.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: Методическое пособие. - М.: Изд. НЦЭНАС, 2006.
9. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Ритмика и подвижные игры с мячами в логопедическом детском саду (методические рекомендации), часть 3. - СПб: ЛГОУ им. Пушкина, 2001.
10. Мелехина Н.А., Колмыкова Л.А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ. - СПб: Детство-пресс, 2012.
11. Метельская Н.Г. 100 физкультминуток на логопедических занятиях. – М.: Творческий центр, 2007.
12. Костылева Н.Ю. Покажи и расскажи. Игровые упражнения на основе фонетической ритмики. – М.: Творческий центр Сфера, 2007.
13. Бабушкина Р.Л., Кислякова О.М. Логоритмическая ритмика. Методика работы с дошкольниками, страдающими ОНР. – СПб: Издательство Каро, 2005.
14. Кириллова Ю.А. Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет. Методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений, - Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2008.
15. Подольская Е.И. Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников. – М.: Скрипторий 2009