Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребёнка - детский сад №16

Принято
на заседании
педагогического Совета № 1
протокол № 1 от 28.08.2026

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ № 16
_____ к.п.н. И.Ю. Исаева
Приказ № 132 от 31.08.2026

И.Ю. Исаева
Подписано цифровой подписью: И.Ю. Исаева
Дата: 2026.09.09 15:20:22 +03'00'

Рабочая программа
по образовательной области «Физическое развитие»
Средней группы общеразвивающей направленности
для детей старше 3 лет «Астрономы»

на 2026-2027 учебный год

4 - 5 лет

Составила:
Фролова О.А. инструктор по физической культуре

г. Батайск

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Программа предназначена для работы с детьми средней группы компенсирующей направленности

Программа разработана на основании следующих документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 21 декабря 2012 № 273-ФЗ
- Приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013 № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного пространства дошкольного образования"
- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования"
- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 02 июня 2026 г. №19 ""Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи""
- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 02 июня 2026 г. №18 ""Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.4282-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения""
- Образовательная программа МБ ДОУ № 16
- Устав МБ ДОУ № 16;
- Положение о рабочей программе педагогов МБ ДОУ № 16

Непосредственно – образовательная деятельность с детьми, в основе которой доминирует игровая деятельность, проводится со всеми детьми группы. Кроме этого проводится индивидуальная работа с детьми – это обязательное условие организации жизни в детском саду. Взаимоотношения взрослого и ребенка развиваются в направлении предоставления дошкольнику большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием (принимая во внимание «кризис трех лет»). Выполнение программных задач происходит в форме совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и организуется педагогом с целью решения определённых задач развития и воспитания с учетом возрастных особенностей и интересов детей, предпочтение отдается игровому построению всего образа жизни детей.

Цель рабочей программы

Ведущие цели Программы - создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Задачи рабочей программы:

обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;

- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

• формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Решение обозначенных в Программе целей и задач воспитания возможно только при целенаправленном влиянии педагога на ребенка с первых дней его пребывания в дошкольном образовательном учреждении.

1.2 Возрастные особенности детей пятого года жизни

Развитие моторики и становление двигательной активности. У детей интенсивно развиваются моторные функции. Их движения носят преднамеренный и целеустремленный характер. Детям интересны наиболее сложные движения и двигательные задания, требующие проявления скорости, ловкости и точности выполнения. Они владеют в общих чертах всеми видами основных движений, которые становятся более координированными. Достаточно хорошо освоены разные виды ходьбы. У детей оформляется структура бега, отмечается устойчивая фаза полета. Однако беговой шаг остается еще недостаточно равномерным, скорость невысока, отталкивание не сильное, полет короткий. Дальность прыжка еще ограничена слабостью мышц, связок, суставов ног, недостаточным умением концентрировать свои усилия.

При метании предмета еще недостаточно проявляется слитность замаха и броска, но в результате развития координации движений и глазомера дети приобретают способность регулировать направление полета и силу броска. У детей от 4 до 5 лет формируются навыки ходьбы на лыжах, катания на санках, скольжения на ледяных дорожках, езды на велосипеде и самокате. Дети пытаются соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, стараясь не отставать от впереди идущего, быть ведущим в колонне, ориентироваться в пространстве. На пятом году жизни у детей возникает большая потребность в двигательных импровизациях под музыку. Растущее двигательное воображение детей является одним из важных стимулов увеличения двигательной активности за счет хорошо освоенных способов действий с использованием разных пособий (под музыкальное сопровождение).

Достаточно высокая двигательная активность детей проявляется в подвижных играх, которые позволяют формировать ответственность за выполнение правил и достижение определенного результата. Дети берутся за выполнение любой двигательной задачи, но часто не соразмеряют свои силы, не учитывают реальные возможности. Для большинства детей 4–5 лет характерно недостаточно четкое и правильное выполнение двигательных заданий, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий по преодолению трудностей.

Внимание детей приобретает все более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое, осязательное восприятие. Они уже способны различать разные виды движений, представляют себе их смысл, назначение, овладевают умением выделять наиболее существенные элементы, выполнять их в соответствии с образцом. Это дает возможность педагогу приступать к процессу обучения техники основных видов движений.

Происходит развертывание разных видов детской деятельности, что способствует значительному увеличению двигательной активности детей в течение дня (по данным шагометрии, от 11 до 13 тыс. движений). На занятиях по физической культуре разного типа показатели двигательной активности детей 4–5 лет могут колебаться от 1100 до 1700 движений, в зависимости от состояния здоровья, функциональных и двигательных возможностей.

Психическое развитие. Социальная ситуация развития характеризуется установлением отношений ребенка с миром взрослых людей, вхождением в мир социальных отношений.

1.3 Планируемые результаты освоения программы.

Целевые ориентиры, сформулированные в ФГОС дошкольного образования.

Целевые ориентиры дошкольного образования представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;

ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать своё самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;

2. Содержательный раздел

Перспективный комплексно – тематический план работы с детьми средней группы

Тема и задачи занятий 1-й недели	Тема и задачи занятий 2-й недели	Тема и задачи занятий 3-й недели	Тема и задачи занятий 4-й недели	Виды интеграции образовательных областей
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч двумя руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками				
Занятия 1,2, «День знаний»	Занятия 4,5, «Осень»	Занятия 7,8, «Осень»	Занятия –10,11, «Осень»	
Задачи Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по 1; Учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; **3 -на улице:** Упражнять в энергичном отталкивании 2-мя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании. *Подвижная игра* «Найди себе пару» Игровой самомассаж: «Массаж спины»	Учить: Энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх; **6 -на улице:** упражнять в прокатывании мяча *Подвижная игра* «Самолеты», «Найди себе пару». Игровой самомассаж: «Массаж рук»	Упражнять детей в ходьбе в колонне по 1, беге врассыпную; В прокатывании мяча, лазанье под шнур. **9- на улице:** Упражнять в ходьбе в обход предметов; повторить подбрасывание и ловлю мяча 2-мя руками; упражнять в прыжках. *Подвижная игра* «Огуречик» Игровой самомассаж: «Массаж головы» «Мяч через сетку», «Кто быстрее добежит до кубика», Подбрось-поймай», «Воробушки и кот». Игровой самомассаж: «Массаж головы»	Учить: -детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; -закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; – подлезать под шнур. *Подвижная игра* «У медведя во бору» **12-на улице:** Разучить перебрасывание мячей друг другу; Упражнять в прыжках. *Игровые упражнения:* -«переброс-поймай», -«успей поймать», -«вдоль дорожки» *Подвижная игра* «Огуречик».	Создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений. Способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль. Речевое развитие: Помогать детям доброжелательно общаться друг с другом
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду				

Занятия 13,14, **15-** «Я в мире человек» Задачи Учить: – сохранять устойчивое равновесие в ходьбе на повышенной опоре Упражнять в энергичном отталкивании и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. *Подвижная игра* «Кот и мыши» **15- на улице:** Упражнять в перебрасывании мяча через сетку *Игровые упражнения:* «мяч через шнур», «кто быстрее доберется до кегли» *Подвижная игра* «найди свой цвет». Пальчиковая гимнастика: «Осенние листья»	Занятия16,17, «Я в мире человек» Учить: –находить свое место в шеренге после ходьбы и бега Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; Закреплять умение прокатывать мяч друг другу. *Подвижная игра* «Автомобили» **18-на улице:** Упражнять в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. *Игровые упражнения:* «Кто быстрее», «Подбрось-поймай», *Подвижная игра* «Ловишки». Пальчиковая гимнастика: «Овощи»	Занятия19,20,**21** «Я в мире человек» Упражнять в ходьбе колонной по 1, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; - в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. *Подвижная игра* «У медведя во бору», *малоподвижная игра* «Угадай, где спрятано?» **21-на улице:** Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед. *Игровые упражнения* «Прокати - не урони», «Вдоль дорожки» *подвижная игра* «Цветные автомобили». Пальчиковая гимнастика: «Ягоды»	Занятия 22,23,**24** «Мой, город моя страна» Упражнять в ходьбе и беге колонной по 1, в рассыпную; Повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. *Подвижная игра* «Кот и мыши» *малоподвижная игра* «Угадай, кто позвал?» **24-на улице:** Упражнять в бросании мяча в корзину, повторить ходьбу и бег колонной по 1. *Игровые упражнения:* - «Подбрось-поймай», «Мяч в корзину», «Кто скорее по дорожке», *Подвижная игра* «Лошадки». Пальчиковая гимнастика: «Овощи»	Социально-коммуникативная: Развитие умения заботиться о своем здоровье. Приучение детей к самостоятельному выполнению правил в подвижных играх. Побуждать детей к уборке спортивного инвентаря и расстановке при проведении занятия. Развитие наблюдательности, умения ориентироваться в помещении и на участке детского сада.
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков				
Занятия 25,26,**27** «Мой, город моя страна» Задачи Упражнять: в ходьбе и беге между предметами, -в прыжках на 2 ногах, Закреплять умение удерживать	Занятия 28,29,**30** «Новый год» Упражнять: в ходьбе и беге по кругу, – на носках, - в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках,	Занятия31,32,**33** «Новогодний праздник» Упражнять: – в ходьбе и беге с изменением направления, - бросках мяча о землю и ловля	Занятия 34,35, «Новогодний праздник» Упражнять: в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, - в ползании на	Социально-коммуникативная: Продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма;

устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. *Подвижная игра* «Салки», *малоподвижная игра* «Найди и промолчи» **:** Упражнять - в ходьбе и беге с изменением направления движения; - ходьбе и беге «змейкой» между предметами, - в сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. *Игровые упражнения:* «Не попадись», «Поймай мяч» *Подвижная игра* «Кролики». Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Утята»	- в прокатывании мяча. *Подвижная игра* «Самолеты» «Найди себе пару» Повторить ходьбу с выполнением заданий, бег с перешагиванием. *Игровые упражнения;* «не попадись», «Догони мяч», *Подвижная игра* «Найди себе пару». Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «С гимнастической палкой»	его 2-мя руками, -ползание на четвереньках. Подвижная игра «Лиса и куры» Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; - в прыжках и беге с ускорением. Игровые упражнения «Не задень», «Передай мяч» «Догони пару» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Матрёшки»	животе по гимнастической скамейке. *Подвижная игра* «Цветные автомобили» Упражнять в ходьбе и беге по кругу, - в прыжках. *Игровые упражнения:* «пингвины», «Кто дальше бросит» *Подвижная игра* «самолеты». Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Гармошка»	Развивать умение заботиться о своем здоровье. Развитие у дошкольников интереса к различным видам игр, побуждение к активной деятельности. Совершенствовать умение самостоятельно одеваться и раздеваться (деятельность – физическая культура), аккуратно складывать свою одежду, помогать в расстановке и уборке спортинвентаря. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, на повышенной опоре, может ползать произвольным способом, подлезать под дуги, сгруппировавшись, катать мяч в заданном направлении, друг другу из разных и.п., проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре, выполняет правила игр, помогает в расстановке и уборке спортинвентаря.				
Тема Занятия «Новогодний праздник» Задачи Развивать внимание при выполнении заданий в ходьбе и беге; -ловкость и координацию движений в прыжках через препятствия. Упражнять - в сохранении	Занятия «Новогодний праздник» Упражнять в перестроение в пары на месте, - в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, Развивать - глазомер и ловкость при прокатывании	Занятия «Новогодний праздник» Упражнять - в ходьбе колонной по 1, Развивать -ловкость и глазомер при перебрасывании мячей друг другу, Повторить ползание на	Занятия – «Новогодний праздник» Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; Учить -правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе,	Социально-коммуникативная: Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при ушибах, травме. Формирование в процессе игры соблюдать правила культурного

устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. *Подвижная игра* «Лиса и куры», *малоподвижная игра* «Найдем цыпленка»Упражнять в ходьбе и беге между предметами. *Игровые упражнения:* «Веселые снежинки», «Кто быстрее к пирамиде», «Кто дальше бросит?» Самомассаж «Массаж ушей»	мяча между предметами. *Подвижная игра* «У медведя во бору» Упражнять в ходьбе и беге, высоко поднимая колени, в прыжках с повышенной поверхности. Игровые упражнения: «Лошадки», «Цыплята прыгают с заборчика» *Подвижная игра* «Найди пару» Самомассаж «На крылечке ножками»	четвереньках. *Подвижная игра* «Зайцы и волк», *Малоподвижная игра* «Где спрятался зайка» Повторить ходьбу и бег между предметами, прыжки через бруски на 2 ногах (выс. 6 см), броски мяча вверх одной рукой и ловля его 2-мя руками. *Игровые упражнения:* «Через кочки», «Подбрось-поймай», *подвижная игра* «Птички и кошка» Самомассаж «Массаж глаз»	Повторить упражнения в равновесии. *Подвижная игра* «Птички и кошка» Упражнять в прокатывании мяча по дорожке между предметами, в равновесии- ходьба боком приставным шагом по повышенной поверхности. *Подвижная игра* «Автомобили» *Игра малой подвижности* «Найди и промолчи» Самомассаж «Массаж лица»	поведения. Развивать умение подбирать предметы и атрибуты для игры. Продолжать формировать стремление помогать воспитателю в расстановке и уборке спорт - инвентаря. Познавательное развитие: Развитие пространственных направлений – двигаться по заданию воспитателя. Речевое развитие: Формирование умения доброжелательно общаться со сверстниками.
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, на повышенной площади опоры, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой				
Занятия «Зима» Задачи Упражнять - в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, - в равновесии при ходьбе на уменьшенной площади опоры, -в прыжках. *Подвижная игра* «Кролики» *Игра малой подвижности* «Найдем кролика» Упражнять в лазание в обруч, не касаясь руками , в равновесии – ходьба по повышенной поверхности парами навстречу друг другу	Занятия «Зима» Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, В прыжках и перебрасывании мячей друг другу. *Подвижная игра* «Найди себе пару» Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, прыжках с повышенной поверхности на полусогнутые ноги, прокатывании мячей друг другу клюшкой. *Подвижная игра*	Занятия «Зима» Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. *Подвижная игра* « Лошадки» Упражнять в прыжках между предметами, в прокатывании мячей между предметами, в бросании мяча вверх и о землю	Занятия «Зима» Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен, В равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. *Подвижная игра* «Автомобили» Упражнять в ползании по повышенной площади с опорой на ладони и ступни «медвежата», в ведении мяча клюшкой. *Подвижная игра*	Социально-коммуникативная: Организация и проведение различных подвижных игр, воспитание опрятности и привычки следить за своим внешним видом, расширение представлений о важности для здоровья различных физических движений и упражнений. Продолжать приучать детей к самостоятельному выполнению правил в играх. Продолжать формирование доброжелательных

по середине разойтись, помогая друг другу, в прыжках из кружка в кружок. *Подвижная игра* «Лошадки» Пальчиковая гимнастика «Зимующие птицы»	«Зайцы и волк» Пальчиковая гимнастика «Зимующие птицы» (Кормушка)	и ловля его 2-мя руками. *Подвижная игра* «Цветные автомобили» Пальчиковая гимнастика «Зима»(Снежок)	«Кот и мыши» Пальчиковая гимнастика «Зима» (Мы во двор пошли гулять) Пальчиковая гимнастика «Зима» (Мы во двор пошли гулять)	взаимоотношений между детьми во время выполнения игровых упражнений; воспитание быть справедливым в играх, играх-соревнованиях, смелым, сильным. Поощрять активность детей в подготовке и уборке спортинвентаря. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. Познавательное развитие: Развитие умение определять пространственные направления – вперед-назад, влево - вправо, вверх-вниз.
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, на повышенной площади опоры, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках между предметами, не задевая их, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах и приземляться на полусогнутые ноги, может катать мяч в заданном направлении, между предметами, друг другу; проявляет положительные эмоции при выполнении физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу				
Занятия «День защитника Отечества» Упражнять в ходьбе и беге между предметами, В равновесии, В прыжках. *Подвижная игра* «Котята и щенята» Упражнять в лазании под веревку (выс 40 см от земли) прямо и боком, В прыжках на 2 ногах с продвижением вперед между предметами (3 м) *Подвижная игра* «Самолеты» Игровые упражнения для профилактики	Занятия «День защитника Отечества» Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя, в прыжках из обруча в обруч, Развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. *Подвижная игра* «У медведя во бору» Повторить игровые упражнения с	Занятия «День защитника Отечества» Упражнять в ходьбе и беге врассыпную между предметами, В ловле мяча 2-мя руками, В ползании на четвереньках *Подвижная игра* «Воробушки и автомобиль» Упражнять в метании на дальность. Игровые упражнения: «Кто дальше бросит»,	Занятия «8 Марта» Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, В ползании в прямом направлении, в прыжках между предметами. *Подвижная игра* «Перелет птиц» Развивать ловкость и глазомер при метании мешочков. Игровые упражнения: «Точно в цель»,	Социально-коммуникативная: Продолжать работу по укреплению здоровья детей. Социализация: совершенствовать умение объединяться в игре, поступать в соответствии с правилами игры. Поощрять активность в подготовке и уборке спортинвентаря. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. Познавательное развитие: Развитие

плоскостопия: «Ёлочка»	бегом и прыжками. *Игровые упражнения* «Покружись» Кто дальше бросит» *Подвижная игра* «У медведя во бору» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Присядка»	«Найдем снегурочку», *Подвижная игра* «Мороз Красный Нос» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Шаг с припаданием»	«Туннель», Подвижная игра «Мороз – Красный Нос» *Малоподвижная игра* «Найдем зайку» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения в положении сидя»	сенсорики. Речевое развитие: Совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. Художественно – эстетическое развитие: Развитие музыкального слуха – выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках в различных направлениях, между предметами,, лазать по гимнастической лестнице произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух и мягко приземляться на полусогнутые ноги, прыгает в длину с места, может катать мяч в прямом направлении, своему напарнику, ударять мячом об пол 2-мя руками, одной и ловить 2-мя руками; проявляет положительные эмоции в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.				
Занятия «8 Марта» Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную, В равновесии и прыжках. Подвижная игра «Перелет птиц» Развивать ловкость и глазомер, Упражнять в беге; Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя. *Игровые упражнения:* «Ловишки», «Быстрые и ловкие», «сбей кеглю» *Подвижная игра* «Зайка беленький» *Игра малой подвижности* «Найдем зайку» Самомассаж «Баю-баю-баиньки»	Занятия «Знакомство с народной культурой и традициями» Упражнять - в ходьбе с выполнением заданий воспитателя по команде, - в прыжках в длину с места, В бросании мячей через сетку. Подвижная игра «Бездомный заяц» Упражнять в ходьбе и беге по кругу, -с выполнением задания. Повторить-прокатывание мяча между предметами. *Игровые упражнения* «Подбрось-	Занятия «Знакомство с народной культурой и традициями» Упражнять: – в ходьбе и беге по кругу; – с выполнением задания, - в прокатывании мяча между предметами, В ползании на животе по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Самолеты». Упражнять детей в беге на выносливость, - в ходьбе и беге между предметами, -в прыжках на одной ноге попеременно. *Игровые*	Занятия «Знакомство с народной культурой и традициями» Упражнять: - в ходьбе и беге врассыпную, -с остановкой по сигналу воспитателя, -ползание по скамейке «по-медвежьи», - в равновесии и прыжках. *Подвижная игра* «Охотник и зайцы» *Малоподвижная игра* «Найдем зайку» Упражнять в ходьбе попеременно широким и коротким шагом, - с мячом, - в равновесии и в	Социально-коммуникативная: Осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Расширение представлений о важности для здоровья сна, движений. Продолжать развивать интерес к различным видам игр, формировать умение соблюдать правила культурного поведения в играх. Развивать умение ориентироваться в зале, на физкультурной площадке; соблюдать правила

	поймай», «Прокати- не задень» *Подвижная игра* «Лошадка» *Малоподвижная игра* «Угадай, кто кричит?» *Самомассаж «Массаж стоп»*	*упражнения:* «На одной ножке вдоль дорожки», «Брось через веревочку» *Подвижная игра* «Самолеты» *Самомассаж «Массаж ушей»*	прыжках. *Игровые упражнения:* «Перепрыгни через ручеек», «Бег по дорожке», «Ловкие ребята» *Самомассаж «Массаж стоп»*	безопасного поведения во время непосредственно образовательной деятельности. Продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спорт инвентаря.
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, выполняя различные задания по сигналу воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, на повышенной площади опоры, может бросать мяч и ловить двумя руками, отбивать мяч о землю одной рукой – ловить 2-мя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, знает предметы ближайшего окружения, ориентируется в пространстве зала и физкультурной площадки.				
Занятия «Весна» Задачи Упражнять - в ходьбе и беге колонной по одному, врассыпную; - в равновесии и в прыжках. *Подвижная игра* «Пробеги тихо». Упражнять в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне, - в прокатывании обручей, - в упражнениях с мячами. *Игровые упражнения:* «Прокати и поймай», «Сбей булаву», *Подвижная игра* «У медведя во бору». Пальчиковая гимнастика «Одежда»	Занятия «Весна» Упражнять - в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, -врассыпную, В метании мешочков в горизонтальную цель, В умении занимать правильное и.п. в прыжках в длину с места. Подвижная игра «Совушка». Повторить ходьбу и бег; Упражнения в прыжках и подлезание. *Игровые упражнения:* «По дорожке», «Не задень» *Подвижная игра* «Воробушки и автомобиль» *Малоподвижная игра* «Найдем воробушка». Пальчиковая гимнастика «Посуда» (Помощники)	Занятия «Весна» Упражнять – в ходьбе с выполнением задания по сигналу воспитателя, - в ползании на четвереньках. Развивать - ловкость и глазомер при метании на дальность. *Подвижная игра* «Совушка» Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, - в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер. *Игровые упражнения:* «Успей поймать», «Подбрось-поймай», *Подвижная игра* «Догони пару» .Пальчиковая гимнастика «Домашние птицы»	Занятия «День Победы» Упражнять: в ходьбе и беге врассыпную, - в равновесии и прыжках. *Подвижная игра* «Птички и кошка» Упражнять в ходьбе и беге между предметами, - в равновесии, - в перебрасывании мяча. *Игровые упражнения:* «Пробеги – не задень», «Накинь кольцо», «Мяч через сетку» *Подвижная игра* «Догони пару». Пальчиковая гимнастика «Дикие животные»	Социально-коммуникативная: Развивать умение заботиться о своем здоровье, воспитание потребности быть здоровым. Знакомство с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. Поддерживать интерес к различным видам игр, к самостоятельному выполнению правил в играх, развитие творческих способностей в играх. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. Художественно – эстетическое развитие: Упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом

				музыки.
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках между предметами, не задевая их, на повышенной площади опоры,, лазать по гимнастической лестнице с переходом с одного пролета на другой различным способом (одноименный, разноименный), катать мяч в заданном направлении, друг другу, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 3–4 раза подряд и ловить; отбивать мяч правой и левой рукой не менее 5 раз подряд, проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим.				
Занятия «День Победы» Упражнять – в ходьбе парами, - в сохранении устойчивого равновесия по уменьшенной площади опоры, - в прыжках в длину с места. *Подвижная игра* «Котята щенята». Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками, *Игровые упражнения:* «Достань до мяча», «Перепрыгни через ручеек», «Пробеги- не задень», *Подвижная игра* «Совушка» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения при ходьбе»	Занятия «Лето» Упражнять – повторить ходьбу со сменой ведущего, Упражнять - в прыжках в длину с места , Развивать ловкость в упражнении с мячом. *Подвижная игра* «Котята и щенята» Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя, -ходьбе и беге по кругу. *Игровые упражнения:* « Попади в корзину», «Подбрось-поймай», *Подвижная игра* «Удочка» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения стоя»	Занятия**.** «Лето» Упражнять – в ходьбе с высоким подниманием колена, -беге врассыпную, В ползании по скамейке на животе, В метании предметов в вертикальную цель. *Подвижная игра* «Зайцы и волк», *Малоподвижная игра* «Найдем зайца» Упражнять детей в ходьбе и беге парами, закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. *Игровые упражнения:* «Не урони», «Не задень», «Бегом по дорожке» *Подвижная игра* «Пробеги тихо» *Малоподвижная игра* «Кто ушел?» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Сборщик»	Занятия «Лето» Упражнять – в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной площади опоре прыжках, Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. *Подвижная игра* «У медведя во бору» Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения, - в подбрасывании и ловле мяча, Повторить игры с мячом, прыжками и бегом. *Игровые упражнения:* «Подбрось-поймай», «Кто быстрее по дорожке», *Подвижная игра* «Самолеты» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Художник»	Социально-коммуникативная: Продолжать формировать представление о составляющих здорового образа жизни, о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать развитие игровой деятельности детей, приобщение к элементарным нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми. Речевое развитие: Развивать диалогическую форму речи. Социально-коммуникативная: Развитие знаний о правилах безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.

Методические пособия:

1. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа.

2. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2 -7 лет.-М.: Мозаика – Синтез, 2013г.

3. Подольская Е.И. Физическое развитие детей 2-7лет. -Волгоград: Учитель,2013г.