

Российская Федерация  
Комитет по образованию  
Администрации городского округа «Город Калининград»  
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Центр развития ребенка – детский сад № 50

---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**образовательная программа**  
**«Физическое развитие»**  
**5 год освоения**  
**Срок реализации программы – 1 год**

**Разработчики:**

Коллектив МАДОУ ЦРР д/с № 50

## **1. Пояснительная записка**

Содержание программы направлено на развитие двигательной сферы ребенка и обеспечение его эмоционального благополучия.

**Цель** программы — создать каждому ребенку в детском саду возможность для развития всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе.

Воспитание детей здоровыми, крепкими, закаленными. Формирование у него навыков здорового образа жизни.

### **Задачи:**

- Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
- Накапливать и обогащать двигательный опыт детей.
- Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координации, гибкость.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

## **2. Планируемые результаты освоения программы**

- Ребенок может ходить и бегать легко и ритмично, сохранять правильную осанку, направление и темп.
- Ребенок может лазать по гимнастической стене, с изменением темпа.
- Ребенок может прыгать в длину с места, с разбега, не менее 100 см., прыгать через скакалку.
- Ребенок может метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 5-9 м., в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м., бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч о землю не менее 10 раз, владеть школой мяча.
- Ребенок может выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Ребенок может перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, в шеренге; выполнять повороты на право, налево, кругом.

### **Основные методы обучения:**

- игровые, словесные, наглядные, практические.

## Календарный учебный график

Возраст детей	Начало Окончание занятий	Срок реализации	Количество занятий	Продолжительность занятий	Диагностика	Итого
3-4 года	Сентябрь-май	1 год	3 раз в неделю	25 минут	Сентябрь-май	108

## Учебное планирование.

<b>РАЗДЕЛЫ</b>
<b>РАЗДЕЛ 1</b> «Физическая культура»
<b>РАЗДЕЛ 2</b> «Формирование представлений о здоровом образе жизни»

## Перспективное планирование.

Дни недели	Программное содержание	Источник
1 неделя	<p><b>1. Равновесие:</b> ходьба по скамейке боком приставным шагом.</p> <p><b>2. Прыжки</b> на двух ногах из обруча в обруч, лежащих друг за другом на полу, вдоль скамейки (<i>скамейка между ног</i>), руки на поясе (<i>спина прямая</i>).</p> <p><b>3. Метание:</b> броски мяча вверх, вниз о землю и ловля его двумя руками (<i>не менее 20 раз</i>), одной рукой (<i>не менее 10 раз</i>); упражнение «Школа мяча»(бросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши за спиной, поймать мяч; бросить мяч вверх, повернуться кругом, поймать мяч; сесть на корточки, бросить мяч вверх, подняться с корточек, поймать мяч; бросить мяч высоко вверх, наклониться, дотронуться кончиками пальцев рук до носков ног, выпрямиться, поймать мяч).</p> <p><b>4. Лазание:</b> пролезание в катящийся обруч боком без помощи рук (<i>обруч катит другой ребёнок</i>);</p> <p><b>5.</b> Подвижная игра «Ловишка – бери ленту».</p>	Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 10.с.4
2 неделя	<p><b>5. Равновесие:</b> ходьба по скамейке боком приставным шагом.</p> <p><b>6. Прыжки</b> на двух ногах из обруча в обруч, лежащих друг за другом на полу, вдоль скамейки (<i>скамейка между ног</i>), руки на поясе (<i>спина прямая</i>).</p> <p><b>7. Метание:</b> броски мяча вверх, вниз о землю и ловля его двумя руками (<i>не менее 20 раз</i>), одной рукой (<i>не менее 10 раз</i>); упражнение «Школа мяча»(бросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши за спиной, поймать мяч; бросить мяч вверх, повернуться кругом, поймать мяч; сесть на корточки, бросить мяч вверх, подняться с корточек, поймать мяч; бросить мяч высоко вверх, наклониться, дотронуться кончиками пальцев рук до носков ног, выпрямиться, поймать мяч).</p> <p><b>8. Лазание:</b> пролезание в катящийся обруч боком без</p>	Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 4.с.10

	помощи рук ( <i>обруч катит другой ребёнок</i> ); 5.Подвижная игра «Ловишка – бери ленту».	
3 неделя	<b>Равновесие:</b> ходьба по скамейке с палкой в руках с остановкой посередине и перешагиванием через палку. <b>Прыжки</b> в высоту с места, с разбега до предмета ( <i>предмет на 25—30 см выше поднятой руки ребёнка</i> ), в длину с места до ориентира ( <i>расстояние от линии до ориентира 100 см</i> ). <b>Метание:</b> катание в парах набивного мяча; бросание в парах набивного мяча снизу, от груди, назад через голову ( <i>расстояние между детьми 3 м</i> ). <b>Лазание:</b> ползание по гимнастической скамейке на животе, на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. <b>Подвижная игра</b> «Коснись мяча» [1, с. 70]	Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 6.с.10
4 неделя	<b>Равновесие:</b> ходьба по скамейке с палкой в руках с остановкой посередине и перешагиванием через палку. <b>Прыжки</b> в высоту с места, с разбега до предмета ( <i>предмет на 25—30 см выше поднятой руки ребёнка</i> ), в длину с места до ориентира ( <i>расстояние от линии до ориентира 100 см</i> ). <b>Метание:</b> катание в парах набивного мяча; бросание в парах набивного мяча снизу, от груди, назад через голову ( <i>расстояние между детьми 3 м</i> ). <b>Лазание:</b> ползание по гимнастической скамейке на животе, на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. <b>Подвижная игра</b> «Коснись мяча» [1, с. 70]	Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г.7.с.19
5неделя	<b>Равновесие:</b> ходьба по канату, прямо, боком <b>Прыжки</b> с одной ноги на другую с круговыми движениями рук, на одной ноге с продвижением вперед камешка <b>Метание:</b> ведение мяча то одной рукой с дополнительными заданиями, в прыжках с одной ноги на другую <b>Лазание:</b> по канату <b>Подвижная игра:</b> «Прокати мяч в тоннеле» (эстафета)	Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 6.с.19
6 неделя	<b>Равновесие:</b> ходьба по канату, прямо, боком <b>Прыжки</b> с одной ноги на другую с круговыми движениями рук, на одной ноге с продвижением вперед камешка <b>Метание:</b> ведение мяча то одной рукой с дополнительными заданиями, в прыжках с одной ноги на другую <b>Лазание:</b> по канату <b>Подвижная игра:</b> «Прокати мяч в тоннеле» (эстафета)	Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г.
7 неделя	<b>Равновесие:</b> ходьба по скамейкам через набивные мячи <b>Прыжки:</b> перепрыгивание через набивные мячи с продвижением вперед в чередовании с ходьбой	Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной

	<p><b>Метание:</b> игровые упражнения с набивным мячом</p> <p><b>Лазание:</b> проползание под гимнастической скамейкой</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Передай мяч назад» (эстафета)</p>	<p>области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 7.с.16, с.60</p>
8 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по скамейкам через набивные мячи</p> <p><b>Прыжки:</b> перепрыгивание через набивные мячи с продвижением вперед в чередовании с ходьбой</p> <p><b>Метание:</b> игровые упражнения с набивным мячом</p> <p><b>Лазание:</b> проползание под гимнастической скамейкой</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Передай мяч назад» (эстафета)</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 6.с.12</p>
9 неделя	<p><b>Равновесие:</b> бег по скамейке, руки в стороны</p> <p><b>Прыжки:</b> друг за другом на одной ноге через обручи, лежащие на полу (3 обруча)</p> <p><b>Метание:</b> игровые упражнения с набивным мячом</p> <p><b>Лазание:</b> проползание под гимнастической скамейкой</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Передай мяч назад» (эстафета)</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. [II, с. 31]</p>
10 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по гимнастическим скамейкам с набивным мячом</p> <p><b>Прыжки:</b> перепрыгивание через набивные мячи с продвижением вперед в чередовании с ходьбой</p> <p><b>Метание:</b> броски мяча через волейбольную сетку в парах</p> <p><b>Лазание:</b> залезание на гимнастическую сетку и спускание ее с противоположной стороны</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Салки»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 1.с.113</p>
11 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по гимнастическим скамейкам с набивным мячом</p> <p><b>Прыжки:</b> перепрыгивание через набивные мячи с продвижением вперед в чередовании с ходьбой</p> <p><b>Метание:</b> броски мяча через волейбольную сетку в парах</p> <p><b>Лазание:</b> залезание на гимнастическую сетку и спускание ее с противоположной стороны</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Салки»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 1.с.113</p>
12 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по веревке, лежащей на полу, прямо и боком, руки на поясе, за головой, в стороны</p> <p><b>Прыжки:</b> через короткую скакалку на месте на двух ногах</p> <p><b>Метание:</b> передача мяча над головой, между ног, боком в парах. Бросание мяча об стену, ловля мяча после отскока</p> <p><b>Лазание:</b> по веревочной лестнице</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Подвижная цель»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 1.с.55</p>
13 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по веревке, лежащей на полу, прямо и боком, руки на поясе, за головой, в стороны</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по</p>

	<p><b>Прыжки:</b> через короткую скакалку на месте на двух ногах</p> <p><b>Метание:</b> передача мяча над головой, между ног, боком в парах. Бросание мяча об стену, ловля мяча после отскока</p> <p><b>Лазание:</b> по веревочной пестнице</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Подвижная цель»</p>	<p>освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 1.с.55</p>
14 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по гимнастической скамейке с передаванием мяча из одной руки в другую перед собой</p> <p><b>Прыжки:</b> вверх, отталкивание одной ногой, приземление на две полусогнутых ноги с носка на всю ступню</p> <p><b>Метание:</b> ходьба на четвереньках с толканием головой мяча на расстояние 3 м</p> <p><b>Лазание:</b> ползание на четвереньках боком со сменой направления по сигналу инструктора</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Мяч соседу»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 12.с.29</p>
15 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по гимнастической скамейке с передаванием мяча из одной руки в другую перед собой</p> <p><b>Прыжки:</b> вверх, отталкивание одной ногой, приземление на две полусогнутых ноги с носка на всю ступню</p> <p><b>Метание:</b> ходьба на четвереньках с толканием головой мяча на расстояние 3 м</p> <p><b>Лазание:</b> ползание на четвереньках боком со сменой направления по сигналу инструктора</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Мяч соседу»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 12.с.29</p>
16 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба на четвереньках по гимнастической скамейке с толканием мяча головой перед собой</p> <p><b>Прыжки:</b> впрыгивание на предмет с разбега в три шага</p> <p><b>Метание:</b> ведение мяча одной рукой с продвижением между предметами</p> <p><b>Лазание:</b> по канату</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Поезд»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 1.с. 127</p>
17 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба на четвереньках по гимнастической скамейке с толканием мяча головой перед собой</p> <p><b>Прыжки:</b> впрыгивание на предмет с разбега в три шага</p> <p><b>Метание:</b> ведение мяча одной рукой с продвижением между предметами</p> <p><b>Лазание:</b> по канату</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Поезд»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 1.с. 127</p>
18 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по веревке приставными шагами</p> <p><b>Прыжки:</b> прыжки на месте через длинную скакалку,</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по</p>

	<p>вращаемую взрослыми, пробегание под скакалкой</p> <p><b>Метание:</b> броски мяча через волейбольную сетку в парах</p> <p><b>Лазание:</b> на гимнастическую лестницу и спуск с нее в разном темпе</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Дружба»</p>	<p>освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 5.с. 62</p>
19 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по веревке приставными шагами</p> <p><b>Прыжки:</b> прыжки на месте через длинную скакалку, вращаемую взрослыми, пробегание под скакалкой</p> <p><b>Метание:</b> броски мяча через волейбольную сетку в парах</p> <p><b>Лазание:</b> на гимнастическую лестницу и спуск с нее в разном темпе</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Дружба»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 5.с. 62</p>
20 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба скрестным шагом через скамейку, руки на поясе</p> <p><b>Метание:</b> бросание мяча в баскетбольное кольцо с места, с ведением мяча</p> <p><b>Прыжки:</b> прыжки через обруч, вращая его, как через скакалку</p> <p><b>Лазание:</b> по канату</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Через тоннель» (эстафета)</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 1.с. 126</p>
21 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба скрестным шагом через скамейку, руки на поясе</p> <p><b>Метание:</b> бросание мяча в баскетбольное кольцо с места, с ведением мяча</p> <p><b>Прыжки:</b> прыжки через обруч, вращая его, как через скакалку</p> <p><b>Лазание:</b> по канату</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Через тоннель» (эстафета)</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 1.с. 126</p>
22 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба на четвереньках по гимнастической скамейке с толканием мяча головой перед собой, на носках с перешагиванием через набивные мячи</p> <p><b>Метание:</b> передача мяча из одной руки в другую на месте, в движении, отбивание мяча от пола на месте одной рукой</p> <p><b>Прыжки:</b> через скамейку «джигитовка» (держась двумя руками за скамейку, перепрыгивая справа налево) с продвижением вперед</p> <p><b>Лазание:</b> ползание по полу на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Прокати мяч по скамейке»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 1.с. 89</p>
23 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба на четвереньках по гимнастической скамейке с толканием мяча головой</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по</p>

	<p>перед собой, на носках с перешагиванием через набивные мячи</p> <p><b>Метание:</b> передача мяча из одной руки в другую на месте, в движении, отбивание мяча от пола на месте одной рукой</p> <p><b>Прыжки:</b> через скамейку «джигитовка» (держась двумя руками за скамейку, перепрыгивая справо налево) с продвижением вперед</p> <p><b>Лазание:</b> ползание по полу на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Прокати мяч по скамейке»</p>	<p>освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 1.с. 89</p>
24 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча вверх и ловля мяча двумя руками</p> <p><b>Метание:</b> перебрасывание мяча парами</p> <p><b>Прыжки:</b> через скакалку на двух ногах</p> <p><b>Лазание:</b> по канату</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Ловишки со скакалкой»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 7.с. 83</p>
25 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча вверх и ловля мяча двумя руками</p> <p><b>Метание:</b> перебрасывание мяча парами</p> <p><b>Прыжки:</b> через скакалку на двух ногах</p> <p><b>Лазание:</b> по канату</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Ловишки со скакалкой»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 7.с. 83</p>
26 неделя	<p><b>Равновесие:</b> бег по наклонной доске</p> <p><b>Метание:</b> перебрасывание мяча парами</p> <p><b>Прыжки:</b> через короткую скакалку вперед/назад</p> <p><b>Лазание:</b> пролезание в катящийся обруч (обруч катит другой ребенок)</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Вышибалы»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 12.с.127</p>
27 неделя	<p><b>Равновесие:</b> бег по наклонной доске</p> <p><b>Метание:</b> перебрасывание мяча парами</p> <p><b>Прыжки:</b> через короткую скакалку вперед/назад</p> <p><b>Лазание:</b> пролезание в катящийся обруч (обруч катит другой ребенок)</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Вышибалы»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 12.с.127</p>
28 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с отбиванием мяча от пола и ловля его двумя руками</p> <p><b>Метание:</b> метание мяча от плеча вдаль одной рукой</p> <p><b>Прыжки:</b> в длину с разбега до ориентира</p> <p><b>Лазание:</b> по веревочной лестнице</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Меткие стрелки»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 10.с.118</p>
29 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по гимнастической скамейке</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие.</p>



	<p>приставным шагом с отбиванием мяча от пола и ловля его двумя руками</p> <p><b>Метание:</b> метание мяча от плеча вдаль одной рукой</p> <p><b>Прыжки:</b> в длину с разбега до ориентира</p> <p><b>Лазание:</b> по веревочной лестнице</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Меткие стрелки»</p>	<p>Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 10.с.118</p>
30 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с отбиванием мяча двумя руками</p> <p><b>Метание:</b> бросание мяча разными способами в парах</p> <p><b>Прыжки:</b> в длину с разбега на 2-2,5 метра</p> <p><b>Лазание:</b> по канату</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Брось и поймай»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 8.с.96</p>
31 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с отбиванием мяча двумя руками</p> <p><b>Метание:</b> бросание мяча разными способами в парах</p> <p><b>Прыжки:</b> в длину с разбега на 2-2,5 метра</p> <p><b>Лазание:</b> по канату</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Брось и поймай»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 8.с.96</p>
32 неделя	<p><b>Равновесие:</b> наклоны туловища вниз с касанием пальцами рук пальцев ног на гимнастической скамейке</p> <p><b>Метание:</b> перебрасывание мяча снизу в парах</p> <p><b>Прыжки:</b> в высоту с разбега (уровень планки 50 см от пола)</p> <p><b>Лазание:</b> быстрое влезание вверх на лестницу и быстрый спуск с нее разными способами</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Мяч о стенку»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 7. с.138</p>
33 неделя	<p><b>Равновесие:</b> наклоны туловища вниз с касанием пальцами рук пальцев ног на гимнастической скамейке</p> <p><b>Метание:</b> перебрасывание мяча снизу в парах</p> <p><b>Прыжки:</b> в высоту с разбега (уровень планки 50 см от пола)</p> <p><b>Лазание:</b> быстрое влезание вверх на лестницу и быстрый спуск с нее разными способами</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Мяч о стенку»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 7. с.138</p>
34 неделя	<p><b>Равновесие:</b> ходьба по узкой рейке</p> <p><b>Метание:</b> бросание мяча через волейбольную сетку в парах</p> <p><b>Прыжки:</b> в длину с разбега до ориентира</p> <p><b>Лазание:</b> пролезание через движущийся обруч</p> <p><b>Подвижная игра:</b> «Лошадки в стойле»</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 1. с.108</p>
35 неделя	<p><b>Равновесие:</b> бег по гимнастической скамейке прямо и боком</p> <p><b>Метание:</b> броски мяча в баскетбольное кольцо с расстояния 3 шагов</p>	<p>Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по</p>

	<b>Прыжки:</b> через набивные мячи <b>Лазание:</b> ползание змейкой между ориентирами <b>Подвижная игра:</b> «Летучие рыбки»	программе «Детство», 2015г. 1. с.108
36 неделя	<b>Равновесие:</b> ходьба по узкой рейке <b>Метание:</b> бросание мяча через волейбольную сетку в парах <b>Прыжки:</b> в длину с разбега до ориентира <b>Лазание:</b> пролезание через движущийся обруч <b>Подвижная игра:</b> «Лошадки в стойле»	Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г. 1. с.118

#### 4. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение. 4.1. Материально-техническое обеспечение Программы

№	наименование	количество
1	скамейка гимнастическая	2шт
2	доска гладкая с зацепами	1шт
3	гимнастическая стенка	два звена
4	ребристая доска	2шт
5	куб большой	3шт
6	куб малый	3шт
7	кольцеброс	1шт
8	обручи большие	20 штук
9	скакалки	20 штук
10	мячи большие	10 штук
11	гимнастические палки	20 штук
12	дуги для подлезания	2 шт
13	баскетбольное кольцо	1 шт.
14	канаты	2 шт.
15	мешочки с песком 200 гр.	20 шт.
16	ленты цветные	20 шт.
17	кегли	30 шт.
18	сухой бассейн	1 шт.
19	мягкие модули	1 шт.
20	мат малый	1 шт.
21	мат большой	2 шт.
22	стойки переносные для прыжков	2 шт.

#### Специализированные учебные помещения и участки

№ п/п	Наименование и принадлежность помещения	Площадь (кв.м.)
1.	Спортивный зал	45
2.	Спортивный зал	9
3.	Спортивная площадка	300
4.	Спортивная площадка	50
5.	Площадка «Футбол»	60
6.	Спортивные уголки на группах	7

#### Спортивное оборудование зала

### Спортивное оборудование на участках

№	наименование	количество
1	дуги для подлезания	4 шт.
2	комплекс для лазания	1 шт.

#### **Методические пособия, обеспечивающие реализацию образовательной области «Физическое развитие»**

- Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г.
- Сучкова И.М., Мартынова Е.А., Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство», 2015г.
- Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет, 2011г.
- Хацкалева Г. А., Организация двигательной активности дошкольников, 2014г.
- Наглядно-дидактические пособия: Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь». Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня». Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».
- Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».