

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ПО КАРАЧАЕВО – ЧЕРКЕССКОЙ РЕСПУБЛИКЕ
АДМИНИСТРАЦИЯ УРУПСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
МКОУ "СОШ № 1 СТ. ПРЕГРАДНАЯ"

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО
учителей начальных
классов


Горностаева А. Г.
Протокол №1 от 31.08.23

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР


Хачирова М.Ю.
Приказ №78 от 31.08.23

УТВЕРЖДЕНО

директор МКОУ
"СОШ №1
Ст. Преградная"


Баюссузова Х. С.
Приказ №78 от 31.08.23

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся подготовительного класса

Преградная 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа является документом образовательного учреждения, характеризующей систему организации физической культуры педагога. Рабочая программа показывает, как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей физического развития детей младшего школьного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с федеральными государственными требованиями. Этот возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до шести лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. В данной рабочей программе представлено перспективное планирование, разработанное на основе значений о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей младшего школьного возраста.

«МКОУ «СОШ №1 ст. Преградная» осуществляет физкультурно-оздоровительную работу на основании программы воспитания и обучения в школе «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой. «МОСКВА-СИНТЕЗ», М., 2014. Для обновления содержания физкультурно-оздоровительной работы используются различные **парциальные программы**, расширяющие и углубляющие знания, умения, навыки в этой области. Используются авторы современных инновационных технологий: Горьковой Л.Г., Обуховой Л.А. «Занятия физической культурой в школе»; Моргуновой О.Н. «Физкультурно-оздоровительная работа в школе»; Руновой М.А. «Индивидуально-дифференцированный принцип организации двигательной активности», которые рекомендованы Министерством образования и науки РФ для дошкольных образовательных учреждений. В рабочей программе по физическому воспитанию используются работы известных отечественных авторов: Ю. Ф. Змановского «Здоровый дошколенок», которая основана на подходах к организации физкультурно-оздоровительной работе с преобладанием циклических, прежде всего беговых упражнений и особенно их комбинаций: бег, прыжки, марш, метание мяча и подвижные игры с циклическими упражнениями; Пензулаевой Л.И. «Физкультурные занятия в школе». **Национально-региональный** компонент представляется как часть занятия в форме русских народных подвижных игр. Межпредметная связь осуществляется на интегрированных занятиях.

Программа разработана в результате практической работы с детьми и родителями, на основе наблюдений, диагностирования, поисков и размышлений. Физическое развитие включает становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.), повышения компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей. В ходе совместной деятельности с детьми и сотрудничества с семьей в классе дошкольной подготовки обеспечивается восхождение дошкольника к культуре здоровья.

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение **цели** освоения программы: формирование основ здорового образа жизни, его направленность на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие ребенка.

Задачи физического воспитания.

Оздоровительные:

- охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;

- всестороннее физическое совершенствование функций организма;

- повышение работоспособности и закаливание.

Образовательные:

- формирование двигательных умений и навыков;

- развитие физических качеств;

- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме,

- физические упражнения в жизни ребенка,

- способы укрепления собственного здоровья.

Воспитательные:

- формировать интерес и потребность к занятиям физическими упражнениями;

- воспитывать положительные нравственно - волевые качества;

Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям: правильной ходьбе, бегу, умению прыгать с места, разным видам метания, лазанья, различным движениям с мячом.

Для решения задач комплексно используются **средства** физического воспитания детей:

- физические упражнения (*оздоровительное и образовательное значение*);

- оздоровительные силы природы в сочетании с физическими упражнениями

(*повышается работоспособность организма, замедляется процесс утомления*);

- личная и общественная гигиена (*чистота тела, чистота мест занятий*); соблюдение общего режима дня, двигательного режима (*стимулирующее развитие адаптивных свойств организма - закаливание*).

Формы организации образовательной области «Физическая культура»: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, физкультурные развлечения и праздники, спортивно - оздоровительный кружок «Школа здоровья», физкультурные минутки, закаливающие процедуры, подвижные и спортивные игры, индивидуальная работа, работа с небольшими группами детей на прогулке, самостоятельная деятельность детей различными видами физических упражнений.

Для достижения цели в процессе физического воспитания применяются **методы**:

- метод регламентированного упражнения для усвоения новых двигательных умений и навыков, развитие определенных физических качеств;

- игровой метод используется для развития физических качеств;

- практический метод применяется для создания мышечно - двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков;

- поисковый метод - поиск новых идей;

-креативный - творческий подход.

Принципы организации занятий

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип развивающего обучения от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

Принцип интеграции: процесс оздоровления детей осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Организационные условия жизнедеятельности детей. Организация жизнедеятельности детей по реализации и освоению содержания рабочей программы осуществляется в двух основных моделях организации образовательного процесса:

- совместной деятельности взрослого и детей;

- самостоятельной деятельности детей.

Целевые ориентиры образования на этапе завершения класса предшкольной подготовки.

- Ребенок обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

- Ребенок способен договариваться со сверстниками и взрослыми, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты.

- Ребенок способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.

- Владеет разными формами и видами игры, умеет подчиняться разным правилам.

- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

- Может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.

- Имеет начальное представление о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

- Ребенок имеет устойчивый интерес к участию в подвижных, спортивных играх и физических упражнениях, активен в самостоятельной двигательной деятельности, имеет стремление и желание заниматься физической культурой и спортом в дальнейшем будущем.

- Ребенок имеет элементарное представление о правилах и видах закаливания, о пользе закаляющих процедур.

Характеристика возрастных возможностей детей 5-6 лет.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков. Продолжает развиваться внимание, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут. К концу года ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе. Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется.

К шести годам личность ребенка приобретает универсальные и индивидуальные черты, ее базисные характеристики становятся более содержательными, появляются новые: выраженная произвольность и свобода поведения, самосознание и способность к самооценке.

Инициативность начинает проявляться во всех видах деятельности, но особенно в игре, соревнованиях, общении, экспериментировании: могут найти занятия по интересам, предложить интересную игру, включиться в разговор. В этом возрасте дети становятся более любознательными, изобретательными, отличаются пытливостью ума.

Самостоятельность и ответственность. Дети имеют навыки самообслуживания, замечают не порядок в быту, природном окружении; способны проявлять волевые усилия в ситуациях выбора между «можно» и «нельзя», «хочу» и «должен».

Задачи развития:

Закрепить умение легко ходить и бегать, бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Развивать быстроту, ловкость, общую выносливость в играх и эстафетах.

Воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры.

Освоить элементы спортивных игр: баскетбола, футбола, бадминтона.

Закреплять навыки счёта в подвижных играх.

Воспитывать умение и привычку ухаживать за физкультурным инвентарём, готовить его к занятиям, играм.

Совершенствовать координацию движений, функцию равновесия.

Воспитывать честность, дружелюбие, самостоятельность в процессе подвижных игр и выполнении различных физических упражнений.

Формировать навык правильной осанки при статичных позах и передвижениях.

Поддерживать у детей интерес к различным видам спорта

Целевые ориентиры.

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных видов движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить детей самостоятельно следить за спортивной формой, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Ожидаемые результаты.

- Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, метание, прыжки, лазанье).
- Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега – 180 см; в высоту с разбега не менее 50 см; прыгать через короткую длинную скакалку разными способами.
- Перебрасывать набивные мячи (1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель; владеть школой мяча.
- Перестраиваться на ходу в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.

- Сохранять правильную осанку.
- Ходить на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 2 км, ухаживать за лыжами, выполнять поворот переступанием.
- Активно участвовать в играх с элементами спорта: городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис.

Режим реализации программы Физическая культура

3 часа в неделю

99 часов в год

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержание рабочей программы соответствует требованиям ФГОС, целям и задачам образовательной программы МКОУ «СОШ №1 ст. Преградная».

Блоки	Содержание
<p><u>1.Основные движения:</u></p> <p><i>Ходьба</i></p> <p><i>Упражнения в равновесии</i></p> <p><i>Бег.</i></p> <p><i>Ползание, лазание</i></p> <p><i>Прыжки.</i></p>	<p>Ходьба на носках с разным положением рук, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по четверо, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке с набивным мешочком на спине, приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Кружение с закрытыми глазами.</p> <p>Бег, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед. Бег из разных исходных положений. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, с прыжками. Непрерывный бег в течение 2-3 мин. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2-4 раза) в чередовании с ходьбой.</p> <p>Ползание по бревну, на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Лазанье по гимнастической стенке с сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезание с одного пролета на другой по диагонали.</p> <p>Прыжки продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног с мешочком с песком. Прыжки через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25 -30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега не менее 50 см.</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не мене 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, с пово-</p>

<p><i>Бросание, ловля, метание</i></p>	<p>ротами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Метание на дальность (6-12м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущую цель.</p> <p>Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3).</p> <p>Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным произведением.</p>
<p><i>Строевые упражнения</i></p>	<p>Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью. Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти рук перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.</p>
<p><i>Ритмическая гимнастика</i></p>	<p>Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки верх – в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоняться вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Садится из положения лежа на спине (закрепив ноги) и снова ложиться. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спин поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за спиной предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол).</p>
<p><u>2.Общеразвивающие упражнения:</u> <i>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.</i></p>	<p>Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно, пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, переноса массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь.</p>
<p><i>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и</i></p>	

<p><i>гибкости позвоноч-ника.</i></p> <p><i>Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.</i></p> <p><u>3.Спортивные упражнения:</u></p> <p><i>Катание на санках.</i></p> <p><i>Скольжение.</i></p> <p><i>Катание на велосипеде</i></p> <p><u>4.Спортивные игры</u></p> <p><i>Городки</i></p> <p><i>Элементы баскетбола</i></p> <p><i>Элементы футбола</i></p>	<p>Поднимать во время спуска заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать поворот.</p> <p>Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом.</p> <p>Ездить на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить.</p> <p>Бросать биты от плеча. Знать 4-5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.</p> <p>Передавать мяч друг другу одной рукой от плеча.</p> <p>Перебрасывать мячи друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.</p> <p>Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте.</p> <p>Учить детей использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты своих товарищей; придумывать варианты игр.</p>
---	--

4 Подвижные иг-
ры:

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

- у ребенка сформированы основные психофизические и нравственноволевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;
- ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;
- ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема	Кол-во часов
1-2	Построение по одному.	2
3	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками.	1
4-5	Упражнения в прыжках.	2
6-7	Подбрасывание мяча.	2
8-10	Прыжки на двух ногах.	3
11-12	Ходьба и бег с перешагиванием через предметы.	2
13-14	Удары мяча об пол и ловля одной рукой.	2
15-16	Перестроение в круг из шеренги.	2
17-18	Упражнения в ползании по скамейке на ладонях и ступнях.	2
19-20	Ходьба с изменением направления движения.	2
21	Ходьба по скамейке на носках.	1
22-23	Поворот прыжком.	2
24-25	Ходьба и бег между предметами.	2
26-27	Ползание по гимнастической скамейке.	2
28-29	Ходьба боком приставным шагом.	2
30-31	Ходьба с изменением направления движения.	2
32-33	Ходьба по скамейке на носках	2
34-35	Упражнения в равновесии	2
36-37	Лазание на гимнастическую стенку.	2
38	Упражнения в прыжках.	1
39	Упражнения в беге в рассыпную.	1
40-41	Упражнения в перепрыгивании на двух ногах.	2
42-43	Поворот прыжком.	2
44-45	Ходьба и бег парами.	2
46	Бег змейкой.	1
47-48	Перестроение из колонны по 2 в колонну по 1.	2
49-50	Ходьба и бег между предметами.	2
51-52	Ползание по скамейке.	2
53-54	Ходьба и бег с перешагиванием через предметы.	2
55-57	Перебрасывание и ловля мяча.	3
58-59	Прыжки.	2
60-61	Ловля мяча после отскока о пол.	2
62	Метание малого мяча.	1
63-64	Прыжки через скакалку.	2
65	Перебрасывание мяча в шеренгах.	1
66	Упражнения в прыжках и равновесии.	1
67-68	Ходьба и бег в рассыпную.	2
69-70	Ходьба и бег по кругу.	2
71-72	Ползание по гимнастической скамейке.	2
73-74	Перебрасывание мяча двумя руками снизу.	2
75-76	Метание мяча в цель.	2
77-78	Метание мяча на дальность.	2
79-80	Ходьба и бег с остановкой по сигналу.	2
81	Ходьба и бег с изменением направления.	1
82	Лазание по гимнастической скамейке.	1
83	Метание мяча в цель.	1

84-85	Прыжки.	2
86-87	Ходьба по гимнастической скамейке.	2
88-89	Ходьба и бег враспынную.	2
90-91	Прыжки через скакалку.	2
92-93	Ходьба и бег с перешагиванием через предметы.	2
94-95	Построение из колонны по 2 в колонну по 1.	2
96-97	Ходьба и бег между предметами.	2
98	Ходьба и бег парами.	1
99	Чему научились за год?	1
ИТОГО		99

УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», М., 2005
2. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду М: Мозаика-Синтез, 2005
3. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. М.: Владос, 2002
4. Козырева О.В. Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников. М.: Просвещение, 2007
5. Тимофеева Е.А. Подвижная игра с детьми младшего дошкольного возраста. – М., 1979
6. Вавилова Е.А. Учите детей прыгать, бегать, лазать. – М., 1983
7. Вавилова Е.А. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. – М., 1981
8. Голощекина Н.П. Лыжи в детском саду. – М., 1977
9. Лескова Т.П. Бусинская П.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду. – М., 1981
10. Рунова М.А. Двигательная активность в детском саду. – М., 2000
11. Васильева М.А., Гербова В.В., Комарова Т.С. Физкультурно-оздоровительная работа. – Волгоград, 2010