

муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 280 Ворошиловского района Волгограда»

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
МОУ детского сада № 280  
Протокол № 1 от «31» августа 2022 г.



**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МОУ  
детского сада № 280  
Ю.В. Свиридова  
Приказ от 31.08.2022г. № 1

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по образовательной области «Физическое развитие»**  
муниципального дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад № 280 Ворошиловского района Волгограда»  
НА 2022-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД

Разработчик:  
*Остапенко Ольга Николаевна,*  
инструктор по физической культуре

Волгоград  
2022 г.

## Содержание

№		страницы
<b>I</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	
1.1	Пояснительная записка	3-4
1.2	Цели и задачи рабочей программы	4
1.3	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	4-6
1.4	Возрастные особенности детей в возрасте 2 - 7 лет	6-9
1.5	Планируемые результаты освоения детьми 2 - 7 лет рабочей программы	9-10
1.6	Система оценки результатов освоения Программы	
<b>II</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
2.1	Интеграция образовательных областей	11
2.2	Образовательный модуль «Физическая культура»	11-29
2.3	Образовательный модуль «Здоровье»	30-33
2.4	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	32
<b>III</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	34
3.1	Организация режима пребывания и жизнедеятельности воспитанников в ОУ	34
3.2	Расписание организованной образовательной деятельности	34-35
3.3	Безопасность и психологическая комфортность пребывания детей в спортивном зале.	36
3.4	Материально-техническое обеспечение Программы	37
3.5	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	39
<b>IV</b>	<b>КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ</b>	39
<b>V</b>	<b>Приложение</b>	40

## I. Целевой раздел

### 1.1 Пояснительная записка.

Важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников, является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Физкультурные праздники, физкультурный досуг. Дни здоровья являются важными компонентами активного отдыха детей. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической реакции детей, расслабления организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья полезными упражнениями и в плане всесторонней физической подготовки, и в плане активного отдыха детей являются спортивные игры и упражнения, в основе которых лежат все основные виды движений, выполняемых в самых разнообразных условиях.

Рабочая программа разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:

*На Федеральном уровне:*

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ от 30 августа 2013 года N 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Приказ Минтруда России №544н от 18 октября 2013 г. «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)». Зарегистрировано в Минюсте 6 декабря 2013, № 30550;

*На уровне дошкольного учреждения:*

- Устав МОУ детского сада № 269;

- Лицензия на право ведения образовательной деятельности;
- Годовой план работы на текущий учебный год.

## **1.2 Цели и задачи Программы.**

**Цель программы:** Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

**Реализация данной цели связана с решением следующих задач:**

- **развитие** физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- **накопление и обогащение** двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);
- **формирование** потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

## **1.3 Принципы и подходы к формированию Программы.**

**Программа направлена на:**

- реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности последовательности;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

**Принципы построения программы по ФГОС:**

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам

ребенок становится активным 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 семьей;

- 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).

### **В Программе учитываются следующие подходы:**

**Деятельностный подход:** организация образовательного процесса строится на основе ведущих видов детской деятельности: общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности. Деятельность развивается от возраста к возрасту, меняются ее содержание и форма.

**Индивидуально-дифференцированный подход:** все воспитательные мероприятия, приемы обучения дошкольников направлены на утверждение самооценности личности ребенка, на создание условий для включения в успешную деятельность каждого ребенка.

**Компетентностный подход** позволяет структурировать содержание и организацию образовательного процесса в соответствии с потребностями, интересами воспитанников.

**Интегративный подход** дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.

## **1.4 Возрастные особенности детей в возрасте 2 - 7 лет.**

### **Возрастные особенности детей от 2 до 7 лет.**

У ребенка с 2 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества.

Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогам посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему.

За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела,

окружности головы, грудной клетки.

За первый год жизни рост ребенка увеличивается. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным.

Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка.

Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка.

Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 - 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы.

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь.

В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечнососудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела.

На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот

период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;
- стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении с взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;
- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.

К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени - это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость).

Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.

Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества):

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность,

устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений.

Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение. Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре.

Причём, в каждом возрастном периоде непосредственно образовательная деятельность имеют разную направленность:

- Маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приёмам элементарной страховки.

- В среднем возрасте - развить физические качества (прежде всего выносливость и силу)

- В старших группах - сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности, самостоятельность и т.д.

### **1.5 Планируемые результаты освоения программы.**

Конечным результатом освоения Образовательной программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

**Физические качества:** ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками.

У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

#### **Общие показатели физического развития.**

##### **Планируемые результаты:**

- > Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- > Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- > Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- > Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- > Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- > Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

### **Планируемые результаты в раннем возрасте:**

- > ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- > у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

### **1.6 Система оценки результатов освоения Программы.**

В соответствии с ФГОС ДОУ, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Освоение ООП не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников. Однако педагог в ходе своей работы должен выстраивать индивидуальную траекторию развития каждого ребенка. Для этого педагогу необходим инструментарий оценки своей работы, который позволит ему оптимальным образом выстраивать взаимодействие с детьми. Непосредственное наблюдение строится в основном на анализе реального поведения ребенка. Информация фиксируется посредством прямого наблюдения за поведением ребенка. Результаты наблюдения педагог получает в естественной среде: в игровых ситуациях, в ходе режимных моментов, на занятиях. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе:

- коммуникации со сверстниками и взрослыми;
- игровой деятельности;
- познавательной деятельности (как идет развитие детских способностей, познавательной активности);
- проектной деятельности (как идет развитие детской инициативности, ответственности и автономии, как развивается умение планировать и организовывать свою деятельность);
- художественной деятельности;
- физического развития.

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

## **II. Содержательный раздел.**

### **2.1 Интеграция образовательных областей.**

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

**Социально-коммуникативное развитие.** Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

**Познавательное развитие.** Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о мерах профилактики и охраны здоровья.

**Речевое развитие.** Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

**Художественно-эстетическое развитие.** Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения

## 2.2 Образовательный модуль «Физическая культура».

**Цель:** Сформировать и развить у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой, способствовать физическому развитию ребенка.

### **Задачи реализации:**

- > создание условий для накопления и обогащения двигательного опыта детей;
- > создавать условия и стимулировать развитие физических качеств у ребенка;
- > формирование у детей потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

### **Ожидаемые результаты:**

- > сформированная потребность и любовь к двигательной активности и физическим упражнениям;
- > сформированные навыки выполнения элементов движения со спортивными предметами и снарядами;
- > приобретение детьми опыта разных видов движения.

### **Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 2-3 лет**

Третий год жизни - важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Всё это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию.

Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно - на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся три занятия в неделю. Обучая детей движениям, воспитатель показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют. Упражнения проводятся в основном в игровой форме.

В первой младшей группе детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, в рассыпную - сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам.

Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя в рассыпную или в кругу.

## **Основные движения:**

- **Ходьба.** В первой младшей группе нужно учить детей ходить правильно, не наталкиваясь друг на друга, формировать умение сохранять устойчивое положение тела и правильную осанку.
- **Бег.** На третьем году жизни ребёнка нужно учить бегать, сохраняя равновесие и в заданном направлении, не наталкиваясь на предметы.
- **Прыжки.** В первой младшей группе вводятся прыжки на двух ногах на месте, с продвижением, а так же в длину и высоту с места. Основное внимание должно быть направлено на обучение детей отталкиванию двумя ногами, мягкому приземлению на носки при прыжках вверх и в высоту с места.
- **Катание, бросание, ловля.** Ребёнка учат брать мяч, держать его и переносить одной и двумя руками, скатывать, прокатывать, энергично отталкивать в заданном направлении.
- **Ползание и лазание.** Сначала детей целесообразно учить ползанию на животе, постепенно переходя к ползанию на четвереньках с опорой на колени и ладони. Это упражнение проводится фронтально и сочетается с движениями на выпрямление туловища. Аналогично организуются упражнения в подлезании.
- **Упражнения в равновесии.** Умение сохранять равновесие развивается у ребёнка в процессе выполнения всех физических упражнений, а так же специальных занятий. Воспитателю необходимо учитывать, что такие упражнения требуют от ребёнка концентрации внимания и преодоления чувства неуверенности, страха.
- **Подвижные игры.** Роль ведущего берёт на себя воспитатель. По ходу игры он подсказывает детям их действия, подбадривает неуверенных, застенчивых. Малыши выполняют движения, подражая педагогу. Подвижную игру на занятии повторяют два-три раза.

Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений.

В режим дня включается утренняя гимнастика длительностью 4-5 минут. В содержание входят строевые упражнения, ходьба, бег, подскоки, три-четыре общеразвивающих упражнения, разученных на занятии. Важно, чтобы дети делали гимнастику с желанием, интересом, чтобы испытывали радость от движений. Недопустимо принуждать их заниматься утренней гимнастикой.

• Взрослый должен поддерживать двигательную активность детей, поощряя самостоятельное использование ими атрибутов для игр. Руководство самостоятельной двигательной деятельностью детей осуществляется с учётом их индивидуальных особенностей.

## **Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 3-4 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Развивать умение ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.
2. Приучать действовать совместно.
3. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
4. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
5. Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.
6. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.
7. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
8. Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.
9. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно.
10. Обучать хвату за перекладину во время лазанья.
11. Закреплять умение ползать.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.
2. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

3. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.
4. Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах.
5. Развивать умение самостоятельно садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.
6. Развивать умение надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.
7. Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
8. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.
9. Организовывать подвижные игры с правилами.
10. Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

### **Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений.**

#### *1. Основные виды движений*

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

**Бег.** Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, в рассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

**Катание, бросание, ловля, метание.** Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов,

между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

**Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, в рассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

**Ритмическая гимнастика.** Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

## *2. Общеразвивающие упражнения*

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

## *3. Спортивные упражнения*

**Катание на санках.** Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

**Скольжение.** Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

## *4. Подвижные игры*

**С бегом.** «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

**С прыжками.** «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

**С подлезанием и лазаньем.** «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

**С бросанием и ловлей.** «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет». **На ориентировку в пространстве.** «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано». **Спортивные развлечения.** «Кто быстрее?», «Зимние радости», «Мы растем сильными и смелыми».

### **Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 4-5 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Формировать правильную осанку.
2. Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
3. Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.
4. Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.
5. Развивать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
6. Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.
7. В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.
8. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
9. Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.
10. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
11. Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу.
12. Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.
2. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
3. Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
4. Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.
5. Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.
6. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
7. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.
8. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
9. Приучать к выполнению действий по сигналу.
10. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

### **Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений:**

#### *1. Основные движения*

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами).

Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

**Бег.** Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой

ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года).

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

**Прыжки.** Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

**Катание, бросание, ловля, метание.** Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками : из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м.

**Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одному; в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

**Ритмическая гимнастика.** Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.

## *2. Общеразвивающие упражнения*

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной

руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе. **Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.

**Статические упражнения.** Сохранение равновесия в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7 секунд).

### *3. Спортивные упражнения*

**Катание на санках.** Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору

**Скольжение.** Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

### *4. Подвижные игры*

**С бегом.** «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

**С прыжками.** «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».

**С ползанием и лазаньем.** «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».

**С бросанием и ловлей.** «Подбрось - поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

**На ориентировку в пространстве, на внимание.** «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».

**Народные игры.** «У медведя во бору» и др.

**Спортивные развлечения.** «Спорт—это сила и здоровье», «Веселые ритмы». «Здоровье дарит Айболит».

## **Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 5-6 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.
2. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.
3. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.
4. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
5. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
6. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
7. Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
8. Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
9. Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве.
10. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.
2. Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.
3. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
4. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.
5. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.
6. Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурные праздники длительностью до 1 часа.
7. Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

## Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений:

### 1. Основные движения

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

**Бег.** Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 55,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

**Ползание и лазанье.** Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов — поочередно каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой - 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

**Бросание, ловля, метание.** Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на

высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

**Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

**Ритмическая гимнастика.** Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением,

## *2. Общеразвивающие упражнения*

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола; наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения, лежа на спине. Подтягивать голову и ногу к груди (группироваться).

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

**Статические упражнения.** Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

## *3. Спортивные упражнения*

**Катание на санках.** Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.

**Скольжение.** Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

## *4. Спортивные игры*

**Элементы баскетбола.** Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в

корзину двумя руками от груди.

**Бадминтон.** Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

**Элементы футбола.** Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

**Элементы хоккея.** Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

*5. Подвижные игры.*

**С бегом.** «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

**С прыжками.** «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

**С лазаньем и ползанием.** «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

**С метанием.** «Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

**Эстафеты.** «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

**С элементами соревнования.** «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

**Народные игры.** «Гори, гори ясно!» и др.

**Спортивные развлечения.** «Веселые старты», «Подвижные игры», «Зимние состязания», «Детская Олимпиада».

### **Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 6-7 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
2. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

3. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
4. Добиваться активного движения кисти руки при броске.
5. Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
6. Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
7. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
8. Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.
9. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
10. Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
11. Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.
2. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
3. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).
4. Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

#### **Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений:**

##### *1. Основные движения*

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; 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, Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

**Бег.** Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими *способами подряд* (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног 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 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), 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). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

**Бросание, ловля, метание.** Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения, сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) 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 движущуюся цель.

**Групповые упражнения с переходами.** Построение (самостоятельно 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, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

**Ритмическая гимнастика.** Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

## *2. Общеразвивающие упражнения*

**Упражнения для кистей рук, развития на укрепления мышц плечевого пояса.** 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 сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч).

Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — 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), удерживаясь в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней упоре сзади. Садиться из положения, лежа на спине (закрепив ноги) и снова ложиться. Прогибаться, лежа на животе. Из положения, лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; стоя, держась за опору, поочередно поднимать прямую ногу.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Выставлять ногу вперед на носок: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

**Статические упражнения.** Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т.п.

## *3. Спортивные упражнения*

**Катание на санках.** 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. Участвовать в играх — эстафетах с санками.

**Скольжение.** Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.

#### 4. Спортивные игры

**Элементы баскетбола.** Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). 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.

**Элементы футбола.** Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

**Элементы хоккея** Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

**Бадминтон.** Правильно держать ракетку. Перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку. Свободно передвигаться по площадке во время игры.

#### 5. Подвижные игры.

**С бегом.** «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

**С прыжками.** «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

**С метанием и ловлей.** «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

**С ползанием и лазаньем.** «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

**Эстафеты.** «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

**С элементами соревнования.** «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

**Народные игры.** «Гори, гори ясно», лапта.

**Спортивные развлечения.** «Летняя Олимпиада», «Ловкие и смелые», «Спорт, спорт, спорт», «Зимние катания», «Игры-соревнования», «Путешествие в Спортландию».

### **2.3 Образовательный модуль «Здоровье».**

**Цель:** Охранять и укреплять здоровье детей, формировать основы культуры здоровья и здорового образа жизни (валеологическое воспитание) через решение задач:

#### **Задачи реализации:**

- > создание условий для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей;
- > развивать культурно-гигиенических навыки и навыки самообслуживания;
- > формировать начальные представления и развивать потребности в здоровом образе жизни.

#### **Ожидаемые результаты:**

- > Поддержание и профилактика здоровья ребенка в детском саду;
- > сформированное представление у ребенка и его родителей о здоровом образе жизни: о здоровом питании, необходимости выполнения режима питания, сна и прогулки, о пользе физических упражнений и т.п.;
- > сформированные навыки и потребности гигиены и самообслуживания, представление о культуре проведения повседневных процедур и режимных процессов;
- > сформированное простейшее представление у ребенка о строении тела человека, о необходимости бережного ухода и гигиенических процедур своего тела и его частей (органов).

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ,  
ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В МОУ**

№	Виды	Особенности организации
	<b>Медико-профилактические</b>	
	<i>Профилактические мероприятия</i>	
1.	Употребление фитонцидов (лук, чеснок)	Осенне-зимний период
2.	Чесночные бусы	ежедневно, по эпидпоказаниям
	<i>Медицинские</i>	
1.	Мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	Плановые медицинские осмотры	2 раза в год
3.	Антропометрические измерения	2 раза в год
4.	Профилактические прививки	По возрасту
5.	Организация и контроль питания детей	Ежедневно
	<i>Физкультурно - оздоровительные</i>	
1.	Корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	Ежедневно
2.	Зрительная гимнастика	Ежедневно
3.	Пальчиковая гимнастика	Ежедневно
4.	Дыхательная гимнастика	Ежедневно
5.	Сказкотерапия	Ежедневно
	<i>Образовательные</i>	
1.	Привитие культурно-гигиенических навыков	Ежедневно

**Режим двигательной активности детей дошкольного возраста**

№ п/	Виды детской двигательной деятельности	Распределение двигательной нагрузки по возрастным группам			
		Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовит. группа
<b>1. Совместная двигательная деятельность</b>					
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 м	Ежедневно 6-8 м	Ежедневно 10-12	Ежедневно 12-14 м
1.2	Динамические переменки и физ. паузы	10 мин.	Ежедневно 10 мин	Ежедневно по 10 мин	Ежедневно по 10 мин
1.3	Физкультминутки	Ежедневно 2 мин	Ежедневно 2-3 м	Ежедневно 2-3 мин	Ежедневно 2-3 мин
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедн.: Утром 15-20 мин Вечером 10 мин	Ежедн.: Утром 15-20 мин. Вечером 20 мин.	Ежедн.: Утром 20-25 Вечером 25 мин	Ежедн.: Утром 25-30 м Вечером 15-20 м
1.5	Физические упражнения на прогулке, обучение спортивным играм (ст. возраст).	Утром 10-15 мин 2 раза в неделю	Утром 10-25 мин 2 раза в неделю	Утром 15-20 м 2 раза в неделю	Утром 15-20 м 2 раза в неделю
1.6	Индивидуальная работа в группе	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 15 мин.	Ежедневно 18 мин.	Ежедневно 20 мин.
1.7	Пешеходные прогулки	-	-	2 раза в год по 60 мин	2 раза в год по 80 мин
1.8	Оздоровительный бег	-	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 4-6 мин	Ежедневно 5-7 мин
1.9	Бодрящая гимнастика после сна	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 5-7 мин	Ежедневно 7-10 мин	Ежедневно 8-10 мин
1.10	Физкультурные праздники	-	-	1 р. в год 30-40 м.	1 р. в год 40-50 м.
<b>Непосредственно образовательная деятельность с инструктором по физической культуре</b>					
1.12	Физическая культура	2 раза в неделю по 15 мин	2 раза в неделю по 20 мин	2 раза в нед. по 25 мин	2 раза в нед. по 30 мин
1.13	Оздоровительно игровой час на свежем воздухе (третье занятие)	Проводится на улице в форме оздоровительно- игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме.			
1.14	Музыка	2 р. в неделю по 15 м.	2 р. в неделю по 20 м.	2 р. в нед. по 25 м.	2 р. в нед. по 30 м.
2.	Самостоятельная двигательная деятельность (в группе и на прогулках) Ежедневно. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей двигательной активности детей, времени года, погодных условий. В дни проведения физкультурных занятий продолжительность п/и уменьшается на 5-10 минут				
Двигательная активность детей в день (мин.)		65-90	90-115	120-160	140-200

### ПРИМЕРНАЯ МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА В ДОУ

№	Формы организации	Особенности организации
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, длительность- 10- 12 минут
2.	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно в течение 7- 8 минут
3.	Динамические паузы вовремя НОД	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с учетом уровней двигательной активности (ДА) детей, длительность 12-15 минут.
5.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность- 12- 15 мин
6.	Прогулки - походы в лес или парк	1- 3 раза в квартал, вовремя, отведенное для физкультурного занятия, организованных игр и упражнений
7.	Оздоровительный бег	2 раза в неделю, подгруппами по 5- 7 человек во время утренней прогулки, длительность - 3-7 мин.
8.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность - не более 10 мин.
9.	НОД по физической культуре	3 раза в неделю (в старшей и подготовительной одно на воздухе). Длительность- 15- 30 минут
10.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
11.	Физкультурно- спортивные праздники	2-3 раза в год (последняя неделя квартала)
12.	Неделя здоровья	1-2 раза в месяц на воздухе совместно со сверстниками одной- двух групп
13.	Физкультурный досуг	2- 3 раза в год, внутри детского сада или совместно со сверстниками соседнего учреждения
14.	Физкультурно- спортивные праздники	1- 2 раза в год на воздухе или в зале, длительность- не более 30 мин.
15.	Игры- соревнования между возрастными группами	1 раз в год в спортивном клубе или в школе микрорайона, длительность - не
	или со школьниками начальных классов	более 30 мин
16.	Физкультурные образовательная деятельность детей совместно с родителями в дошкольном учреждении	Определяется воспитателем по обоюдному желанию родителей, воспитателей и детей
17.	Участие родителей в физкультурно- оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий

**ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ** направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

- комплексы утренней гимнастики;
- комплексы физкультминуток;
- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп;
- комплексы дыхательных упражнений;
- гимнастика для глаз и т. п.

#### **2.4 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.**

В современных условиях дошкольное образовательное учреждение является единственным общественным институтом, регулярно и неформально взаимодействующим с семьей, то есть, имеющим возможность оказывать на неё определенное влияние.

*В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие принципы:*

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равная ответственность родителей и педагогов.

#### **Задачи:**

- 1) формирование психолого-педагогических знаний родителей;
- 2) приобщение родителей к участию в жизни ДОУ;
- 3) оказание помощи семьям воспитанников в развитии, воспитании и обучении детей;
- 4) изучение и пропаганда лучшего семейного опыта.

#### **Система взаимодействия с родителями включает:**

- ознакомление родителей с результатами работы ДОУ на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДОУ;
- ознакомление родителей с содержанием работы ДОУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие

ребенка;

- участие в составлении планов: спортивных и культурно-массовых мероприятий, работы родительского комитета;
- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;
- обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях и открытых занятиях.

Обмен информацией о ребенке является основой для воспитательного партнерства между родителями ( законными представителями) и воспитателями, то есть для открытого, доверительного и интенсивного сотрудничества обеих сторон в общем деле образования и воспитания детей.

### ***Партнерские отношения с родителями***

<b><i>Цель партнерства</i></b>	<b><i>Создание условий для обеспечения полноценного развития детей</i></b>
<b><i>Принципы партнерства</i></b>	1. Доверие, уважение, сопереживание и искренность, 2. Отношения обеих сторон строятся на основе совместной ответственности за воспитание детей, 3. Семья и Организация равноправны, преследуют одни и те же цели и сотрудничают для их достижения, 4. Обеспечение преемственности и взаимодополняемости в семейном и внесемейном образовании.
<b><i>Возможности партнерства</i></b>	1. Эмоциональная поддержка. 2. Формирование единой системы воспитания. 2. Консультирование по поводу лучшей стратегии в образовании и воспитании 3. Профилактика возникновения отклонений в развитии детей на ранних его стадиях. 4. Помощь в поиске выхода из ситуации проблемы. 5. Построение положительного образа ребенка.

**Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников** — консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье.

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1. Организация режима пребывания и жизнедеятельности воспитанников в Образовательном учреждении.**

Режим работы детского сада обусловлен и установлен на основе нормативных документов:

- «Уставом МОУ детский сад № 280»
- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» 2.4.1.3049-13 № 26 от 15.05.2013 г.
- А так же Учредителем, исходя из потребности семьи и возможностей бюджетного финансирования детского сада, и является следующим:
- рабочая неделя - пятидневная;
- длительность работы детского сада - 12 часов;
- ежедневный график работы детского сада с 7.00 до 19.00 часов;
- Учебный год в детском саду начинается с 1 сентября и заканчивается 31 августа. В летний период работы проводится оздоровительная работа с детьми.
- Ежедневная организация жизни и деятельности детей осуществляется с учетом построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми, для которых ведущим видом деятельности является игра.
- Решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках занятий, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

#### **3.2.**

#### **РАСПИСАНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ НА 2022 - 2023 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Инструктор по физической культуре  
*Остапенко Ольга Николаевна*

<b>День</b>	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
-------------	--------------------	----------------	--------------	----------------	----------------

<b>недели</b> <b>№</b> <b>Группы</b>					
<b>2 младшая группа № 4</b>		<b>9.00 – 9.15</b>		<b>9.00 – 9.15</b>	
<b>2 младшая группа № 5</b>		<b>9.25 – 9.40</b>		<b>9.25 – 9.40</b>	
<b>средняя группа № 6</b>		<b>9.50 – 10.10</b>		<b>9.50 – 10.10</b>	
<b>средняя группа № 10</b>	<b>9.00 – 9.20</b>		<b>9.00 – 9.20</b>		
<b>старшая логопедическая группа № 7</b>	<b>9.30 – 9.55</b>		<b>9.30 – 9.55</b>		
<b>старшая группа № 8</b>	<b>10.05-10.30</b>		<b>10.05-10.30</b>		
<b>старшая группа № 9</b>	<b>10.40 – 11.05</b>		<b>10.40 – 11.05</b>		
<b>подготовительная группа № 3</b>		<b>10.20 – 10.50</b>		<b>10.20 – 10.50</b>	
<b>подготовительная группа № 11</b>	<b>11.15– 11.45</b>		<b>11.15– 11.45</b>		

**3.3 Безопасность и психологическая комфортность пребывания детей в спортивном зале.** Зал оснащен в соответствии с требованиями для реализации образовательной области "Физическое развитие". Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала безопасна и соответствует всем санитарно-гигиеническим требованиям (СанПин 2.4.1.3049-13) и правилам пожарной безопасности. Оборудование и спортивный инвентарь изготовлены из безопасных для здоровья материалов. Весь инвентарь и спортивное оборудование подлежат обработке в соответствии с требованиями. Цветовая гамма оформления физкультурного зала максимально приближена к естественной, натуральной. Размер и форма игрового и спортивного оборудования соответствует возрасту детей - достаточно крупный, правильных и нестандартных форм.

**Физкультурный зал оснащен различными видами спортивного инвентаря:**

- спортивными комплексами (шведские стенки с турниками, спортивные дуги для подлезания, маты и скамьи гимнастические, щиты для метания и др.
- инвентарем для спортивных игр и занятий (мячи футбольные, массажные, баскетбольные, волейбольные, мячи для метания, мячи средние и большие, ворота, скакалки, обручи, канаты для перетягивания, палки гимнастические, флажки, ориентиры, диски здоровья, летающие тарелки, стэпы для фитнеса и др.

Игровое пространство физкультурного зала смоделировано в соответствии с возрастными особенностями и возможностями детей, с учетом гендерного соотношения детей.

**Безопасность:** все спортивное оборудование и инвентарь изготовлено из безвредных для здоровья детей материалов и имеет документы, подтверждающие их происхождение и безопасность. Спортивное оборудование закреплено и проверено, на основании чего составлен акт испытания спортивного оборудования и инвентаря.

### 3.4. Материально-техническое обеспечение Программы.

Гимнастическая лестница (высота 3 м, ширина 1-го пролета 95 см, расстояние между перекладинами 25 см)	3 пролета
Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 3 м)	2 шт.
<p>Мячи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• набивные весом 1 кг,</li> <li>• маленькие (теннисные и пластмассовые),</li> <li>• средние (резиновые),</li> <li>• большие (баскетбольные, №3),</li> <li>• для футбола</li> </ul>	1 шт. 10 шт. 20 шт. 10 шт. 22 шт.
Гимнастический мат (длина 100 см)	2 шт.
Палка гимнастическая (длина 76 см)	15 шт.
<p>Скакалка детская</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• для детей подготовительной группы (длина 210 см)</li> <li>• для детей средней и старшей группы (длина 180 см)</li> </ul>	25 шт. 25 шт.
Кольцеброс	1 шт.
Кегли	10 шт.
<p>Обруч пластиковый детский</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• большой (диаметр 90 см)</li> <li>• средний (диаметр 50 см)</li> </ul>	5 шт. 20 шт.
Конус для эстафет	2 шт.
Дуга для подлезания (высота 42 см)	1 шт.
Кубики пластмассовые	8 шт.

Цветные ленточки (длина 60 см)	30 шт.
Бубен	1 шт.
Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см)	1 шт.
Батут (диаметр 95 см)	2 шт.
Игра «Дартс»	2 шт.
Удав мягкий (150 см)	1 шт.
Погремушки	20 шт.
Корзина для инвентаря мягкая	3 шт.
Корзина для инвентаря пластмассовая	3 шт.
Рулетка измерительная (5 м)	1 шт.
Секундомер	1 шт.
Свисток	1 шт.

### Технические средства.

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных развлечений необходим музыкальный центр и музыкальное сопровождение. Детские песни и мелодии обновляется для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей. Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также по всестороннему развитию каждого ребенка.

Музыкальный центр	1 шт. (в физкультурном зале)
Аудиозаписи	Имеются и обновляются

#### IV. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ.

Рабочая программа разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:

*На Федеральном уровне:*

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ от 30 августа 2013 года N 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Приказ Минтруда России №544н от 18 октября 2013 г. «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)». Зарегистрировано в Минюсте 6 декабря 2013, № 30550;

*На уровне дошкольного учреждения:*

- Устав МОУ;
- Лицензия на право ведения образовательной деятельности;
- Годовой план работы на текущий учебный год.

Программа разработана с целью — формирования интереса и целостного отношения детей 2- 7 лет к занятиям физической культурой, гармоничного физического развития, приобщения к здоровому образу жизни.

Программа состоит из пояснительной записки, трех разделов, списка литературы.

В первом разделе Программы раскрыта цель, задачи, основные принципы и подходы к формированию рабочей программы, возрастные особенности физического развития детей 2-7 лет,

Во втором разделе программы раскрыто содержание работы по реализации образовательной области «Физическое развитие», образовательный модуль «Здоровье», описано взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников.

В третьем — особенности организации предметно-пространственной среды, организация режима пребывания и жизнедеятельности воспитанников в ОУ, паспорт спортивного зала.

## V. Приложение

### Комплексно - тематический план работы с детьми второй младшей группы

Месяц	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	
1	2	3	4	5	6	
<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ) :            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</p>						
Сентябрь	Тема	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12	<p><b>Здоровье:</b> создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений.</p>
	Задачи	<p>«До свидания лето, здравствуй, детский сад»</p> <p>Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за воспитателем.            Учить ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие.  <b>Подвижная игра</b>            «Бегите ко мне».</p>	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем;</li> <li>- подпрыгивать на двух ногах на месте.</li> </ul> <p><b>Подвижная игра</b>            «Догони меня»</p>	<p>Ознакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами.            Учить энергично отталкивать мяч двумя руками.  <b>Подвижная игра</b>            «Мой веселый, звонкий мяч»,</p>	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходить и бегать колонной по одному всем составом группы;</li> <li>- подлезать под шнур.</li> </ul> <p><b>Подвижная игра</b>            «Найди свой домик»</p>	

1	2		3	4	5	6
Сентябрь		Игровой самомассаж: «Массаж спины»	Игровой самомассаж: «Массаж рук»	<i>малоподвижные игры</i> «Найди мяч», «Надуй мяч» Игровой самомассаж: «Массаж головы»	Игровой самомассаж: «Массаж лица»	<b>Социализация:</b> способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <b>Безопасность:</b> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль. <b>Коммуникация:</b> <i>помогать</i> детям доброжелательно общаться друг с другом
Октябрь	<p>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</p>					
	Тема	Занятия 1-3 «Я и моя семья»	Занятия 4-6 «Я и моя семья»	Занятия 7-9 «Мой дом, мой город»	Занятия 10-12 «Мой дом, мой город»	<b>Здоровье:</b> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.

	Задачи	У ч и т ь : - ходить и бегать по кругу; - сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. У п р а ж н я т ь в подпрыгивании	У ч и т ь : - во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; - при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги.	У ч и т ь : - останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; - подлезать под шнур. У п р а ж н я т ь в равновесии при ходьбе	З а к р е п л я т ь умение ходить и бегать по кругу. У ч и т ь энергичному отталкиванию мяча при прокатывании друг другу. У п р а ж н я т ь в ползании	
1	2	3	4	5	6	
Октябрь	на двух ногах на месте. <b>Подвижная игра</b> «Поезд», <b>малоподвижная игра</b> «Угадай, кто кричит?» Пальчиковая гимнастика: «Осенние листья»	У п р а ж н я т ь в прокатывании мячей. <b>Подвижная игра</b> «У медведя во бору» Пальчиковая гимнастика: «Овощи»	по уменьшенной площади. <b>Подвижная игра</b> «Бежать к флажку», <b>малоподвижная игра</b> «Угадай, чей голосок?» Пальчиковая гимнастика: «Ягоды»	на четвереньках. <b>Подвижная игра</b> «Мыши в кладовой» Пальчиковая гимнастика: «Овощи»	<b>Социализация:</b> развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика. <b>Безопасность:</b> учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила	
Ноябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а ( н а о с н о в e и н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й ): с o х р а н я e т р а в н o с и e п р и х o д ь б e и б e г e п o o г р а н и ч e н н o й п л o с к o c т и , м o ж e т п o л з а т ь н а ч e т в e р e н ь к а х , э н e р г и ч н o o т т a л к и в а e т с я в п р ы ж к a х н a д в у х н o г a x , и м e e т э л e м e n т a р н ы e п р e д c т a в л e н и я o ц e н н o c т и з d o p o в ь я , п o л ь з e з a к a л и в a н и я , у м e e т в з a и м o д e й c t в o в a т ь c o c в e р c t н и к a м и , c и т у a т и в н o п р o я в л я e т д o б р o ж e л a t e л ь н o e o т н o c e н и e к o к р у ж a ю щ и м , у м e н и e д e л и т ь c я c т o в a р и щ e м ; и м e e т o п ы т п p a в и л ь н o й o ц e n k и x o p o ш и x и п л o x и x п o c t y п k o в					
	Тема	Занятия 4-6 Мониторинг	Занятия 7-9 «Новогодний праздник»	Занятия 10-12 «Новогодний праздник»	<b>Здоровье:</b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.	
	Занятия 1-3 «Мой дом, мой город»					

	Задачи	Упражнять в ходьбе и беге. Учить: - сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; - мягко приземляться в прыжках.	Упражнять: - в ходьбе колонной по одному; - прыжках из обруча в обруч. Учить приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании	Упражнять: - в ходьбе колонной по одному; - ловить мяч, брошенный воспитателем, и бросать его назад; - ползать на четвереньках.	Закреплять умение подлезать под дугу на четвереньках. Упражнять: - в ходьбе по уменьшенной площади. <b>Подвижная игра</b> «Найди свой	
1	2	3	4	5	6	
Ноябрь	<b>Подвижная игра</b> «Мыши в кладовой», <b>малоподвижная игра</b> «Где спрятался мышонок?» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Утята»	мяча. <b>Подвижная игра</b> «Трамвай» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «С гимнастической палкой»	Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Матрёшки»	домик». Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Гармошка»	<b>Социализация:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <b>Коммуникация:</b> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом	
Декабрь	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, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре					
	Тема	Занятия 1-3 «Новогодний праздник»	Занятия 4-6 «Новогодний праздник»	Занятия 7-9 «Новогодний праздник»	Занятия 10-12 «Новогодний праздник»	<b>Здоровье:</b> дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение,

	Задачи	У ч и т ь : - ходить и бегать  враспынную, используя всю площадь зала;  - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. У п р а ж н я т ь в приземлении	У ч и т ь : - ходить и бегать  по кругу; - мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги.  У п р а ж н я т ь в прокатывании мяча. <b>Подвижная игра</b> «Поезд»	У ч и т ь : - ходить и бегать  враспынную; - катать мяч друг другу,  выдерживая направление;  - подползать под дугу. <b>Подвижная игра</b> «Птички и птенчики»	У ч и т ь : - ходить и бегать  по кругу; - подлезать под шнур, не касаясь руками; - сохранять равновесие при ходьбе по доске. <b>Подвижная игра</b> «Воробышки и кот», <b>малоподвижная</b>	познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. <b>Социализация:</b> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть
1	2	3	4	5	6	
Декабрь	на полусогнутые ноги. <b>Подвижная игра</b> «Наседка и цыплята», <b>малоподвижная</b> <b>игра</b> «Лошадки». Самомассаж«Мас саж ушей»	Самомассаж «На крыльчке ножками»	Самомассаж «Массаж глаз»	<b>игра</b> «Каравай» Самомассаж «Массаж лица»	сверстника, обнять его, помочь. <b>Безопасность:</b> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду. <b>Коммуникация:</b> развивать диалогическую форму речи	
Январь	<p>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 возрасту ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими основными движениями, стремится самостоятельно рудности, умеет выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, занимается собой</p>					
	Тема	Занятия 1-3 «Зима»	Занятия 4-6 «Зима»	Занятия 7-9 «Зима»	Занятия 10-12 «Зима»	<b>Здоровье:</b> осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки,

	Задачи	<p>Познакомить : - с перестроением и ходьбой парами; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске. Упражнять в прыжках, продвигаясь вперед. <b>Подвижная игра</b> «Кролики»</p>	<p>Учить : - ходить и бегать враспынную при спрыгивании; - мягкому приземлению на полусогнутые ноги; - прокатывать мяч вокруг предмета. <b>Подвижные игры</b> «Трамвай»,</p>	<p>Упражнять : - в ходьбе парами и беге враспынную; - прокатывать мяч друг другу; - подлезать под дугу, не касаясь руками пола. <b>Подвижная игра</b> «Найди свой цвет»</p>	<p>Упражнять : - в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; - подлезать под шнур, не касаясь руками пола. <b>Формировать</b> правильную осанку при ходьбе по доске.</p>	<p>познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. <b>Социализация:</b> поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами, развивающие ловкость движений.</p>
--	--------	--	--	---	--	---

1	2		3	4	5	6
Январь		Пальчиковая гимнастика «Зимующие птицы»	«Мой веселый, звонкий мяч», «Угадай, кто кричит?» Пальчиковая гимнастика «Зимующие птицы» (Кормушка)	Пальчиковая гимнастика «Зима»(Снежок)	<b>Подвижная игра</b> «Мыши в кладовой» Пальчиковая гимнастика «Зима» (Мы во двор пошли гулять)	<b>Безопасность:</b> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль. <b>Коммуникация:</b> развивать инициативную речь детей во взаимодействиях со взрослыми и сверстниками
Февраль	<p>Планируемые результаты к уровню развития интеграции областей): сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на И в направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу</p>				<p>Планируемые результаты к уровню развития интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на И в направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу</p>	
	Тема	Занятия 1-3 «День защитника Отечества»	Занятия 4-6 «День защитника Отечества»	Занятия 7-9 «День защитника Отечества»	Занятия 10-12 «8 Марта»	<b>Здоровье:</b> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.



	Задачи	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге в рассыпную; - прыжках из обруча в обруч. У ч и т ь ходить переменными шагами через шнур. <b>Подвижная игра</b> «Птички в гнездышке»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания; - прокатывании мяча друг другу. У ч и т ь приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании.</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе переменным шагом через шнуры; - беге в рассыпную; - бросать мяч через шнур; - подлезать под шнуром, не касаясь руками пола.</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе колонной по одному, выполняя задания; - беге в рассыпную; - пролезать в обруч, не касаясь руками пола; - сохранять равновесие при</p>	<p><b>Социализация:</b> развивать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила,</p>
--	--------	---	---	---	---	--

1	2		3	4	5	6
Февраль		Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Ёлочка»	<b>Подвижная игра</b> «Воробышки и кот» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Присядка»	<b>Подвижная игра</b> «Найди свой цвет», <b>малоподвижная игра</b> «Угадай, кто кричит?» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Шаг с припаданием»	ходьбе по доске. <b>Подвижная игра</b> «Кролики» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения в положении сидя»	поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <b>Коммуникация:</b> формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого
Март	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я 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, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения					
	Тема	Занятия 1-3 «8 Марта»	Занятия 4-6 «Знакомство с народной культурой и традициями»	Занятия 7-9 «Знакомство с народной культурой и традициями»	Занятия 10-12 «Знакомство с народной культурой и традициями»	<b>Здоровье:</b> осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни.

	Задачи	Учить: - ходить и бегать по кругу; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади; - мягко приземляться в прыжках с продвижением вперед. Самомассаж «Баю-баю-баиньки»	Упражнять в ходьбе и беге парами и беге враспынную. Познакомить с прыжками в длину с места. Учить прокатывать мяч между предметами. <b>Самомассаж «Массаж стоп»</b>	Упражнять в ходьбе и беге по кругу; ползании по скамейке на ладонях и коленях. Учить бросать мяч о землю и ловить двумя руками. <b>Самомассаж «Массаж ушей»</b>	Упражнять: - в ходьбе парами; - беге враспынную; - ходьбе с перешагиванием через брусок. Учить правильному хвату руками за рейки при влезании. <b>Самомассаж «Массаж стоп»</b>	
--	--------	---	---	---	---	--

1

2

3

4

5

6

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей):  
 умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству

Апрель

Тема	Занятия 1-2 «Весна»	Занятия 3-4 «Весна»	Занятия 5-6 «Весна»	Занятия 7-8 Мониторинг	
------	------------------------	------------------------	------------------------	---------------------------	--

	Задачи	<p>Упражнять: - в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; - в прыжках в длину с места. <b>Подвижная игра</b> «Курочка - хохлатка»,</p>	<p>Упражнять: - ходить колонной по одному; - бегать врассыпную; - в прыжках с места. Продолжать учить приземляться одновременно на обе ноги, упражнять в бросании</p>	<p>Упражнять: - ходить и бегать врассыпную; - бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; - ползать по доске. <b>Подвижная игра</b> «Мыши в кладовой», <b>малоподвижная игра</b> «Где спрятался</p>	<p>Упражнять: - в ходьбе и беге колонной по одному; - влезать на наклонную лесенку; - в ходьбе по доске, формируя правильную осанку. <b>Подвижная игра</b> «Воробушки и автомобиль»</p>	<p><b>Здоровье:</b> формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью. <b>Социализация:</b> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой</p>
--	--------	---	---	--	---	--

1	2		3	4	5	6
Апрель		<i>малоподвижная игра</i> «Где цыпленок?» Пальчиковая гимнастика «Одежда»	мяча об пол. <i>Подвижная игра</i> «Найди свой цвет», <i>малоподвижная игра</i> «Пройди тихо» Пальчиковая гимнастика «Посуда» (Помощники)	мышонок?» Пальчиковая гимнастика «Домашние птицы»	Пальчиковая гимнастика «Дикие животные»	видов движений, формировать уважительное отношение к окружающим. <b>Коммуникация:</b> на основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей. <b>Безопасность:</b> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль
Май	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, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим					
	Тема	Занятия 1-3 «Лето»	Занятия 4-6 «Лето»	Занятия 7-9 «Лето»	Занятия 10-12 «Лето»	<b>Здоровье:</b> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью

	Задачи	У п р а ж н я т ь : - ходить и бегать по кругу; - сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; - в перепрыгивании через шнур.	У п р а ж н я т ь : - ходить и бегать врассыпную; - в подбрасывании мяча; - в приземлении на носочки в прыжках в длину с места.	У п р а ж н я т ь : - ходить колонной по одному, выполняя задания по сигналу; - бегать врассыпную; - учить подбрасывать мяч вверх и ловить его;	У п р а ж н я т ь : - в ходьбе, отрабатывая переменный шаг и координацию движений, и беге врассыпную; - в равновесии. З а к р е п л я т ь умение влезать	других детей, формировать желание вести здоровый образ жизни.
--	--------	--	--	--	---	---

1	2		3	4	5	6
Май		<p><b>Подвижная игра</b> «Мыши в кладовой», <b>малоподвижная игра</b> «Найди цыпленка»Игров ые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения при ходьбе»</p>	<p><b>Подвижная игра</b> «Огуречик, огуречик...», <b>малоподвижная игра</b> «Угадай, кто позвал»Игров ые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения стоя»</p>	<p>- ползании по скамейке на ладонях и коленях. <b>Подвижная игра</b> «Воробышки и кот»Игров ые упражнения для профилактики плоскостопия: «Сборщик»</p>	<p>на наклонную лесенку, не пропуская реек. <b>Подвижная игра</b> «Найди свой цвет», <b>малоподвижная игра</b> «Каравай»Игров ые упражнения для профилактики плоскостопия: «Художник»</p>	<p><b>Социализация:</b> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика. <b>Коммуникация:</b> развивать диалогическую форму речи. <b>Безопасность:</b> не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека</p>

### Комплексно - тематический план работы с детьми средней группы

Месяц	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	
1	2	3	4	5	6	
Сентябрь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й):  ум е е т х о д и т ь п р я м о, н е ш а р к а я н о г а м и, с о х р а н я я з а д а н н о е в о с п и т а т е л е м н а п р а в л е н и е, м о ж е т п о л з а т ь н а ч е т в е р е н ь к а х, э н е р г и ч н о  о т т а л к и в а е т с я в п р ы ж к а х н а д в у х н о г а х, м о ж е т б р о с а т ь м я ч д в у м я р у к а м и о т г р у д и; п р о я в л я е т и н т е р е с к у ч а с т и ю  в с о в м е с т н ы х и г р а х и ф и з и ч е с к и х у п р а ж н е н и я х, у м е е т п о с р е д с т в о м р е ч и н а л а ж и в а т ь к о н т а к т ы, в з а и м о д е й с t в о в а т ь с о с в е р с t н и к а м и</p>					
	Тема	Занятия 1-3 «День знаний»	Занятия 4-6 «Осень»	Занятия 7-9 «Осень»	Занятия -10-12 «Осень»	<b>Здоровье:</b> создавать условия для систематического закаливания

	Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по 1; Учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании 2-мя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании. <b>Подвижная игра</b> «Найди себе пару» Игровой самомассаж: «Массаж спины»	У ч и т ь : - Энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх; Упражнять в прокатывании мяча <b>Подвижная игра</b> «Самолеты», «Найди себе пару». Игровой самомассаж: «Массаж рук»	Упражнять детей в ходьбе в колонне по 1, беге врассыпную; В прокатывании мяча, лазанье под шнур. упражнять в ходьбе в обход предметов; повторить подбрасывание и ловлю мяча 2-мя руками; упражнять в прыжках. <b>Подвижная игра</b> «Огуречик»,	У ч и т ь : -детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; -закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; - подлезать под шнур. <b>Подвижная игра</b> «У медведя во бору» 12* -разучить перебрасывание мячей друг другу; Упражнять в прыжках. <b>Игровые упражнения:</b> - «перебрось-поймай», - «успей поймать», -«вдоль дорожки» <b>Подвижная игра</b> «Огуречик». Игровой самомассаж: «Массаж лица»	организма, формирования и совершенствования основных видов движений.
1	2	3	4	5	6	
Сентябрь			«Мяч через сетку», «Кто быстрее добежит до кубика», Подбрось- поймай», «Воробушки и кот». Игровой самомассаж: «Массаж головы»		<b>Социализация:</b> способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <b>Безопасность:</b> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль.	

						<b>Коммуникация:</b> помогать детям доброжелательно общаться друг с другом
Октябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ): у м е е т б е г а т ь , с о х р а н я я р а в н о в е с и е , и з м е н я я н а п р а в л е н и е , т е м п б е г а в с о о т в е т с т в и и с у к а з а н и я м и в о с п и т а т е л я , м о ж е т к а т а т ь м я ч в з а д а н н о м н а п р а в л e н и и , б р о с а т ь м я ч д в у м я р у к а м и , п р о я в л я е т п о л о ж и т е л ь н ы е э м о ц и и п р и ф и з и ч е с к о й а к т и в н о с т и , о т к л и к а е т с я н а э м о ц и и б л и з к и х л ю д е й и д р у з ь е й , д е л а е т п о п ы т к и п о ж а л е т ь с в е р с т н и к а , о б н я т ь e г o , п о м о ч ь , и м е е т п о л o ж и т е л ь н ы й н а с т р o й н а с o б л ю д e н и e э л e м e n т а р н ы х п р a в и л п o в e d e н и я в д e т с k o м с a д у					
	Тема	Занятия 13-15 «Я в мире человек»	Занятия 16-18 «Я в мире человек»	Занятия 19-21 «Я в мире человек»	Занятия 22-24 «Мой, город моя страна»	<b>Здоровье:</b> развитие умения заботиться о своем здоровье. <b>Социализация:</b> приучение детей к самостоятельному выполнению правил в подвижных играх.
Задачи	У ч и т ь : - сохранять устойчивое равновесие в ходьбе на повышенной опоре Упражнять в энергичном отталкивании и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с	У ч и т ь : - находить свое место в шеренге после ходьбы и бега Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; Закреплять умение прокатывать мяч друг другу.	У п р а ж н я т ь в х о д ь б е к о л о н н о й п о 1 , р а з в и в а т ь г л а з о м е р и р и т м и ч н о с т ь п р и п е р е ш а г и в а н и и ч е р e з б р у с к и ; - в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	У п р а ж н я т ь в х о д ь б e и б e г e k o л o n н o й п o 1 , в р а с с ы п н у ю ; Повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.		
1	2	3	4	5	6	
Октябрь	продвижением вперед. <b>Подвижная игра</b> «Кот и мыши», 15* - упражнять в перебрасывании	<b>Подвижная игра</b> «Автомобили», 18* - упражнять в ходьбе с выполнением различных	<b>Подвижная игра</b> «У медведя во бору», <b>малоподвижная игра</b> «Угадай, где спрятано?»	<b>Подвижная игра</b> «Кот и мыши» <b>малоподвижная игра</b> «Угадай, кто позвал?» 24* - упражнять в бросании мяча в	<b>Труд:</b> побуждать детей к уборке спортивного инвентаря и расстановке при проведении занятия. <b>Безопасность:</b> развитие наблюдательности, умения ориентироваться в помещении и на	

		мяча через сетку <b>Игровые упражнения:</b> «мяч через шнур», «кто быстрее доберется до кегли» <b>Подвижная игра</b> «найди свой цвет». Пальчиковая гимнастика: «Осенние листья»	заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. <b>Игровые упражнения:</b> «Кто быстрее», «Подбрось-поймай», <b>Подвижная игра</b> «ловишки». Пальчиковая гимнастика: «Овощи»	21* - упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед. <b>Игровые упражнения</b> «Прокати - не урони», «Вдоль дорожки» <b>подвижная игра</b> «Цветные автомобили». Пальчиковая гимнастика: «Ягоды»	корзину, повторить ходьбу и бег колонной по 1. <b>Игровые упражнения:</b> - «Подбрось-поймай», «Мяч в корзину», «Кто скорее по дорожке», <b>Подвижная игра</b> «Лошадки». Пальчиковая гимнастика: «Овощи»	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						
	Тема	Занятия 25-27 «Мой, город моя страна»	Занятия 28-30 Мониторинг	Занятия 31-33 «Новогодний праздник»	Занятия 34-36 «Новогодний праздник»	<b>Здоровье:</b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма;
Ноябрь	Задачи	Упражнять:	Упражнять:	Упражнять:	Упражнять:	

<p>- в ходьбе и беге между предметами, -в прыжках на 2 ногах, Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. <b>Подвижная игра</b> «Салки», <b>малоподвижная игра</b> «Найди и промолчи» 27* - упражнять - в ходьбе и беге с изменением направления движения; - ходьбе и беге «змейкой» между предметами, - в сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. <b>Игровые упражнения:</b> «Не попадись», «Поймай мяч» <b>Подвижная игра</b></p>	<p>- в ходьбе и беге по кругу, - на носках, - в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, - в прокатывании мяча. <b>Подвижная игра</b> «Самолеты» «Найди себе пару» 30* - повторить ходьбу с выполнением заданий, бег с перешагиванием. <b>Игровые упражнения;</b> «не попадись», «Догони мяч», <b>Подвижная игра</b> «Найди себе пару». Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «С гимнастической палкой»</p>	<p>- в ходьбе и беге с изменением направления, - бросках мяча о землю и ловля его 2-мя руками, -ползание на четвереньках. <b>Подвижная игра</b> «Лиса и куры» 33* - упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; - в прыжках и беге с ускорением. <b>Игровые упражнения</b> «Не задень», «Передай мяч» «Догони пару". Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Матрёшки»</p>	<p>- в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, - в ползании на животе по гимнастической скамейке. <b>Подвижная игра</b> «Цветные автомобили» 36* - упражнять в ходьбе и беге по кругу, - в прыжках. <b>Игровые упражнения:</b> «пингвины», «Кто дальше бросит» <b>Подвижная игра</b> «самолеты». Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Г армошка»</p>	<p>Развивать умение заботиться о своем здоровье. <b>Социализация:</b> развитие у дошкольников интереса к различным видам игр, побуждение к активной деятельности. <b>Труд:</b> Совершенствовать умение самостоятельно одеваться и раздеваться (деятельность - физическая культура), аккуратно складывать свою одежду, помогать в расстановке и уборке спортивного инвентаря. <b>Социализация:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <b>Коммуникация:</b> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
--	--	---	---	--

Декабрь

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 спортивного инвентаря.

Тема Занятия 1-3 «Новогодний праздник»	Занятия 4-6 «Новогодний праздник»	Занятие 7-9 «Новогодний праздник»	Занятие 10-12 «Новогодний праздник»	
<p>Задачи Развивать внимание при выполнении заданий в ходьбе и беге; -ловкость и координацию движений в прыжках через препятствия. Упражнять - в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p>	<p>Упражнять - в перестроение в пары на месте, - в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, Развивать - глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. <b>Подвижная игра</b> «У медведя во бору» 6* - упражнять в ходьбе и беге,</p>	<p>Упражнять - в ходьбе колонной по 1, Развивать -ловкость и глазомер при перебрасывании мячей друг другу, Повторить ползание на четвереньках. <b>Подвижная игра</b> «Зайцы и волк», <b>Малоподвижная игра</b> «Где спрятался зайка» 9* - повторить ходьбу и бег</p>	<p>Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; Учить -правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе, Повторить упражнения в равновесии. <b>Подвижная игра</b> «Птички и кошка» 12*упражнять в прокатывании мяча по дорожке между предметами, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, в</p>	<p><b>Здоровье:</b> формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при ушибах, травме. <b>Социализация:</b> формирование в процессе игры соблюдать правила культурного поведения. Развивать умение подбирать предметы и атрибуты для игры. <b>Труд:</b> продолжать формировать стремление помогать воспитателю в расстановке и уборке спорт - инвентаря. <b>Познание:</b> развитие пространственных направлений - двигаться по заданию воспитателя. <b>Коммуникация:</b> формирование умения доброжелательно общаться со сверстниками. <b>Музыка:</b> развитие умение выполнять ходьбу и бег в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>

Январь

	<b>Подвижная игра</b> «Лиса и куры», <b>малоподвижная игра</b> «Найдем цыпленка» 3* -упражнять в	высоко поднимая колени, в прыжках со скамейки. Игровые	между предметами, прыжки через бруски на 2 ногах (выс 6 см), броски мяча вверх одной	равновесии- ходьба боком приставным шагом по гимнастической скамейке. <b>Подвижная игра</b>
Тема	Занятия 13-15 «Зима»	Занятия 16-18 «Зима»	Занятия 19-21 «Зима»	Занятия 22-24 «Зима»
	<b>Игровые упражнения:</b> «Веселые снежинки», «Кто быстрее к пирамиде», «Кто дальше бросит?» Самомассаж «Массаж ушей»	прыгают с заборчика» <b>Подвижная игра</b> «Найди пару» Самомассаж «На крыльчке ножками»	<b>упражнения:</b> «Через кочки», «Подбрось-поймай», <b>подвижная игра</b> «Птички и кошка» Самомассаж «Массаж глаз»	промолчи». Самомассаж «Массаж лица»

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а ( н а о с н о в e i н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й ): 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

**Здоровье:** организация и проведение различных подвижных игр,

Задачи	<p>Упражнять - в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, - в равновесии при ходьбе на уменьшенной площади опоры, -в прыжках.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Кролики» <b>Игра малой подвижности</b> «Найдем кролика» 15* -упражнять в лазаньи в обруч, не касаясь руками пола, в равновесии - ходьба по гимнастической скамейке парами навстречу друг другу - по середине разойтись, помогая друг другу, в прыжках из кружка в кружок.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Лошадки»Пальчиковая</p>	<p>Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, В прыжках и перебрасывании мячей друг другу.</p> <p><b>Подвижная игра</b> « Найди себе пару» 18* - упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, прокатывании мячей друг другу.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Зайцы и волк»Пальчиковая гимнастика «Зимующие птицы» (Кормушка)</p>	<p>Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p> <p><b>Подвижная игра</b> « Лошадки» 21* - упражнять в прыжках между предметами, в прокатывании мячей между предметами, в бросании мяча вверх и о землю и ловля его 2-мя руками.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Цветные автомобили»Пальчиковая гимнастика «Зима»(Снежок)</p>	<p>Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен, В равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Автомобили» 24* - упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «медвежата», в отбивании мяча о пол и ловля его 2-мя руками. <b>Подвижная игра</b> «Кот и мыши»Пальчиковая гимнастика «Зима» (Мы во двор пошли гулять) Пальчиковая гимнастика «Зима» (Мы во двор пошли гулять)</p>	<p>воспитание опрятности и привычки следить за своим внешним видом, расширение представлений о важности для здоровья различных физических движений и упражнений. <b>Социализация:</b> продолжать приучать детей к самостоятельному выполнению правил в играх. Продолжать формирование доброжелательных взаимоотношений между детьми во время выполнения игровых упражнений; воспитание быть справедливым в играх, играх-соревнованиях, смелым, сильным. <b>Труд:</b> поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. <b>Безопасность:</b> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. <b>Познание:</b> развитие умение определять пространственные направления - вперед-назад, влево - вправо, вверх-вниз. <b>Музыка:</b> развивать умение выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. <b>Коммуникация:</b> развитие свободного общения со взрослыми и детьми.</p>
--------	---	---	--	---	---

Февраль

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ): с о х р а н я е т р а в н о в е с и е п р и х о д ь б е п о o г р а н и ч е н н о й п л о с к о с т и , н а п о в ы ш е н н о й п л o щ а д и o п o р ы , п р и п е р е ш а г и в а н и и ч е р е з п р е д м е т ы , м o ж е т п o л з а т ь н а ч e т в e р e н ь к а х м e ж д у п р e d м e т а м и , н e з a д e в а я и x , п р o и з в o л ь н ы м c п o c o б o м , э н e р г и ч н o o т т a л к и в a e т c я в п р ы ж к a x н a д в у х н o г a x и п р и з e м л я т ь c я н a п o л y c o г н у т ы e н o г и , м o ж e т к a т a т ь м я ч в з a d a n n o m н a п р a в л e н и и , м e ж д у п р e d м e т a м и , д р у г д р у г у ; п р o я в л я e т п o л o ж и т e л ь н ы e э м o ц и и п р и в ы п o л н e н и и ф и з и ч e c k o y a k т и в н o c т и , г o т o в c o б л ю д a т ь э л e м e n т a р н ы e п р a в и л a в c o в м e c т н ы x и г p a x , п o н и м a e т , ч т o н a d o ж и т ь д р у ж н o , п o м o г a т ь д р у г д р у г у

Тема	Занятия 25-27 «День защитника Отечества»	Занятия 28-30 «День защитника Отечества»	Занятия 31-33 «День защитника Отечества»	Занятия 34-36 «8 Марта»	<p><b>Здоровье:</b> продолжать работу по укреплению здоровья детей.</p> <p><b>Социализация:</b> совершенствовать умение объединяться в игре,</p>
------	--	---	--	----------------------------	--

	Задачи	<p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами, В равновесии, В прыжках.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Котята и щенята» 27*упражнять в лазании под рейку (выс 40 см от пола) прямо и боком, В прыжках на 2 ногах с продвижением вперед между предметами (3 м)</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Самолеты»Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Ёлочка»</p>	<p>Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя, в прыжках из обруча в обруч, Развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «У медведя во бору»</p> <p>30* - повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.</p> <p><b>Игровые упражнения</b> «Покружись», Кто дальше бросит»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «У медведя во бору»Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Присядка»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге врассыпную между предметами, В ловле мяча 2-мя руками, В ползании на четвереньках</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Воробушки и автомобиль» 33*упражнять в метании на дальность.</p> <p>Игровые упражнения: «Кто дальше бросит», Найдем снегурочку»,</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Мороз - Красный Нос»Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Шаг с припаданием»</p>	<p>Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, В ползании в прямом направлении, Прыжках между предметами.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Перелет птиц» 36* - развивать ловкость и глазомер при метании мешочков.</p> <p>Игровые упражнения: «Точно в цель», «Туннель», Подвижная игра «Мороз - Красный Нос»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Найдем зайку»Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения в положении сидя»</p>	<p>поступать в соответствии с правилами игры.</p> <p><b>Труд:</b> поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря.</p> <p><b>Безопасность:</b> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований.</p> <p><b>Познание:</b> развитие сенсорики.</p> <p><b>Коммуникация:</b> совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи.</p> <p><b>Музыка:</b> развитие музыкального слуха- выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.</p>
--	--------	--	--	---	---	--

Март	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й):  у м е е т б е г а т ь, с о х р а н я я р а в н о в е с и е, и з м е н я я н а п р а в л е н и е, т е м п б е г а в с о о т в е т с т в и и с у к а з а н и я м и в о с п и т а т е л я, м о ж е т п о л з а т ь н а ч е т в е р е н ь к а х  в р а з л и ч н ы х н а п р а в л e н и я х, м е ж д у п р e д м e т а м и,, л а з а т ь п о г и м н а с т и ч e с к о й л e с т н и ц e п р o и з в o л ь н ы м c п o c o б o м, э н e р г и ч н o o т t a л к и в a e т с я в  п р ы ж к а х н а д в у х и м я г к o п р и з e м л я т ь с я н a п o л y c o г н у т ы e н o г и, п р ы г a e т в д л и н у c м e c т a, м o ж e т к a т a т ь м я ч в п р я m o м н a п р a в л e н и и, c в o e м у  н a п a р н и к у, y д a р я т ь м я ч o м o b п o л 2-м я р у к a m и, o d н o й и л o в и т ь 2-м я р у к a m и; п р o я в л я e т п o л o ж и т e л ь н ы e э м o ц и и в c a м o c t o я t e л ь н o й  д в и г a t e л ь н o й д e я t e л ь н o c т и, и м e e т э л e м e n t a р н ы e п р e d c t a в л e н и я o ц e n н o c т и з d o p o в ь я, y м e e т д e й c t в o в a т ь c o в м e c t н o в п o d в и ж н ы х и г p a x и  ф и з и ч e c k и x y п p a ж н e н и я x, c o г л a c o в ы в a т ь д в и ж e n и я в c o o t в e т c t в и и c т e m п o m и p и t m o m м у з ы к и.</p>				
Тема	Занятия 1-3 «8 Марта»	Занятия 4-6 «Знакомство с народной культурой и традициями»	Занятия 7-9 «Знакомство с народной культурой и традициями»	Занятия 10-12 Мониторинг	<b>Здоровье:</b> осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Расширение

Задачи	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную, В равновесии и прыжках. Подвижная игра «Перелет птиц» 3* - развивать ловкость и глазомер, Упражнять в беге; Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Ловишки», «Быстрые и ловкие», «сбей кеглю»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Зайка беленький»</p> <p><b>Игра малой подвижности</b> «Найдем зайку»С амомасса ж «Баю-баю-</p>	<p>Упражнять - в ходьбе с выполнением заданий воспитателя по команде, - в прыжках в длину с места, В бросании мячей через сетку. Подвижная игра «Бездомный заяц» 6* - - упражнять в ходьбе и беге по кругу, -с выполнением задания, - в ползании на животе по гимнастической скамейке. Повторить- прокатывание мяча между предметами.</p> <p><b>Игровые упражнения</b> «Подбрось- поймай», «Прокати- не задень»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Лошадка»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге по кругу; - с выполнением задания, - в прокатывании мяча между предметами, В ползании на животе по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Самолеты». 9* -упражнять детей в беге на выносливость, - в ходьбе и беге между предметами, -в прыжках на одной ноге попеременно.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «На одной ножке вдоль дорожки», «Брось через веревочку»</p> <p><b>Подвижная игра</b>«Самолеты»</p> <p><b>Самомассаж</b> «Массаж ушей»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге врассыпную, -с остановкой по сигналу воспитателя, -ползание по скамейке «по-медвежьи», - в равновесии и прыжках.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Охотник и зайцы»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Найдем зайку» 12* - упражнять в ходьбе попеременно широким и коротким шагом, - с мячом, - в равновесии и в прыжках.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Перепрыгни через ручеек», «Бег по дорожке», «Ловкие ребята»</p> <p><b>Самомассаж</b> «Массаж стоп»</p>	<p>представлений о важности для здоровья сна, движений. <b>Социализация:</b> продолжать развивать интерес к различным видам игр, формировать умение соблюдать правила культурного поведения в играх.</p> <p><b>Безопасность:</b> развивать умение ориентироваться в зале, на физкультурной площадке; соблюдать правила безопасного поведения во время непосредственно образовательной деятельности.</p> <p><b>Труд:</b> продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спорт инвентаря.</p> <p><b>Познание:</b> продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных.</p> <p><b>Коммуникация:</b> продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности.</p> <p><b>Музыка:</b> совершенствование навыков основных движений - ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
--------	---	--	---	--	---

Апрель

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ) :  
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.

Тема	Занятия 13-15 «Весна»	Занятия 16-18 «Весна»	Занятия 19-21 «Весна»	Занятия 22-24 «День Победы»	<b>Здоровье:</b> развивать умение заботиться о своем здоровье,
------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------------	--

	<p>Задачи</p>	<p>Упражнять - в ходьбе и беге колонной по одному, врассыпную; - в равновесии и в прыжках. <b>Подвижная игра</b> «Пробеги тихо». 15* - упражнять в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне, - в прокатывании обручей, - в упражнениях с мячами. <b>Игровые упражнения:</b> «Прокати и поймай», «Сбей булаву», <b>Подвижная игра</b> «У медведя во бору» .Пальчиков ая гимнастика «Одежда»</p>	<p>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». 18* - повторить ходьбу и бег; Упражнения в прыжках и подлезании. <b>Игровые упражнения:</b> «По дорожке», «Не задень» <b>Подвижная игра</b> «Воробушки и автомобиль» <b>Малоподвижная игра</b> «Найдем воробушка».Пальчиковая гимнастика «Посуда»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе с выполнением задания по сигналу воспитателя, - в ползании на четвереньках. Развивать - ловкость и глазомер при метании на дальность. <b>Подвижная игра</b> «Совушка» 21*м - упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, - в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер. <b>Игровые упражнения:</b> «Успей поймать», «Подбрось-поймай», <b>Подвижная игра</b> «Догони пару».Пальчиков а гимнастика «Домашние</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге врассыпную, - в равновесии и прыжках. <b>Подвижная игра</b>«Птички и кошка» 24*- упражнять в ходьбе и беге между предметами, - в равновесии, - в перебрасывании мяча. <b>Игровые упражнения:</b> «Пробеги - не задень», «Накинь кольцо», «Мяч через сетку» <b>Подвижная игра</b> «Догони пару».Пальчиков ая гимнастика «Дикие животные»</p>	<p>воспитание потребности быть здоровым. Знакомство с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. <b>Социализация:</b> поддерживать интерес к различным видам игр, к самостоятельному выполнению правил в играх, развитие творческих способностей в играх. <b>Безопасность:</b> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. <b>Музыка:</b> упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
--	---------------	--	--	--	--	---

Май

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ) :  
 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.

Тема	Занятия 25-27 «День Победы»	Занятия 28-30 «Лето»	Занятия 31-33 «Лето»	Занятия 34-36 «Лето»	<b>Здоровье:</b> продолжать формировать представление о составляющих
------	--------------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	--

	<p>Задачи</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе парами, -в сохранении устойчивого равновесия по уменьшенной площади опоры, - в прыжках в длину с места. <b>Подвижная игра</b> «Котята щенята». 27* - упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками, <b>Игровые</b> <b>упражнения:</b> «Достань до мяча», «Перепрыгни через ручеек», «Пробеги- не задень», <b>Подвижная игра</b> «Совушка»Игров ые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения при ходьбе»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - повторить ходьбу со сменой ведущего, Упражнять - в прыжках в длину с места , Развивать ловкость в упражнении с мячом. <b>Подвижная игра</b> «Котята и щенята» 30* - упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя, -ходьбе и беге по кругу. <b>Игровые</b> <b>упражнения:</b> « Попади в корзину», «Подбрось- поймай», <b>Подвижная игра</b> «Удочка»Игровы е упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе с высоким подниманием колена, -беге враспынную, В ползании по скамейке на животе, В метании предметов в вертикальную цель. <b>Подвижная игра</b> «Зайцы и волк», <b>Малоподвижная</b> <b>игра</b> «Найдем зайца» 33* - упражнять детей в ходьбе и беге парами, закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. <b>Игровые</b> <b>упражнения:</b> «Не урони», «Не задень», «Бегом по дорожке»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной площади опоре прыжках, Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. <b>Подвижная игра</b> «У медведя во бору» 36* - упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения, - в подбрасывании и ловле мяча, Повторить игры с мячом, прыжками и бегом. <b>Игровые упражнения:</b> «Подбрось- поймай», «Кто быстрее по дорожке», <b>Подвижная игра</b> «Самолеты» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Художник»</p>	<p>здорового образа жизни, о значении физических упражнений для организма человека. <b>Социализация:</b> продолжать развитие игровой деятельности детей, приобщение к элементарным нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми. <b>Коммуникация:</b> развивать диалогическую форму речи. <b>Безопасность:</b> развитие знаний о правилах безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.</p>
--	---------------	--	---	--	--	---

## Комплексно - тематический план работы с детьми старшей группы

Месяц	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
1	2	3	4	5	6
Сентябрь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й):                      умеет с легкостью выполнять ходьбу и бег, энергично отталкиваясь от опоры, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его о пол правой левой рукой на месте и в движении, умеет правильно отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка.</p>				
	Тема Занятия 1-3 «Осень»	Занятия 4-6 «Осень»	Занятия 7-9 «Осень»	Занятия -10-12 «Осень»	<b>Здоровье:</b> формировать привычку следить за опрятностью одежды,

<p>Задачи</p>	<p><b>Упражнять</b> детей -входьбе и беге колонной по 1; - врассыпную, - в сохранении устойчивого равновесия, - в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Мышеловка»</p> <p>3* - упражнять в построении в колонны, В равновесии и прыжках.</p> <p><b>Игровые упражнения</b> «Пингвины», «Не промахнись», «По мостику», Подвижная игра «Ловишки»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «У кого мяч?»Игровой самомассаж: «Массаж спины»</p>	<p><b>Повторить</b>ходьбу и бег между предметами;</p> <p><b>Упражнять</b> - в ходьбе на носках, Развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета), - ловкость в бросках мяча вверх.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Фигуры»</p> <p>6* - повторить ходьбу и бег между предметами, врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках. Развивать ловкость в беге; Разучитьигровые упражнения с мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Передай мяч»,</p>	<p><b>Упражнять</b> - в ходьбе с высоким подниманием колен, - в непрерывном беге до 1 мин, - в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, - в подбрасывании мяча вверх.</p> <p><b>Развивать</b>ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p><b>Подвижная игра</b>«Удочка»Игровой самомассаж: «Массаж головы»</p>	<p><b>Разучить</b>ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя, - пролезание в обруч боком, не задевая его за край,</p> <p><b>Повторить</b> упражнения в равновесии и в прыжках.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Мы веселые ребята»</p> <p>12*- упражнять - в беге на длинную дистанцию, - в прыжках, Повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер.</p> <p><b>Игровые упражнения</b> «Поймай мяч», «Будь ловким», «Найди свой цвет»Игровой самомассаж: «Массаж лица»</p>	<p>расширение представлений о составляющих здорового образа жизни (движение, сон и солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.</p> <p><b>Социализация.формирование</b> умения согласовывать свои действия с действиями партнеров, соблюдать в игре ролевые взаимодействия и взаимоотношения.воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычки сообща заниматься. <b>Труд:</b> развивать умение доводить начатое до конца. Побуждать и поощрять за подготовку и уборку спортивного инвентаря.</p> <p><b>Познание:</b> совершенствование глазомера в процессе непосредственно организованной деятельности.</p> <p><b>Коммуникация:</b> развитие свободного общения со взрослыми и детьми. <b>Музыка:</b> развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.</p> <p><b>Безопасность:</b>формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни, приобщение детей к занятиям спортом и закаливанию; продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр.</p>
---------------	---	---	--	--	--

Октябрь

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ): у м е е т п р а в и л ь н о п р и з е м л я т ь с я п р и в ы п о л н е н и и п р ы ж к а , з а н и м а е т п р а в и л ь н о е и с х о д н о е п о л o ж e н и e п р и м e т а н и и п р e д м e т a , в ы п o л н я e т з a m a x ; п e р e б р a с ы в a e т м я ч и з р a з н ы х и . п . ; в ы п o л н я e т у п р a ж н e н и я к р a с и в o , п o д м ы з ы к у .

Тема	Занятия 13-15 «Я вырасту здоровым»	Занятия 16-18 «Я вырасту здоровым»	Занятия 19-21 «День народного единства»	Занятия 22-24 «День народного единства»	<b>Здоровье: расширение</b> представлений об особенностях функционирования и целостности человеческого организма.
------	--	--	---	---	---

	<p>Задачи</p>	<p><b>Упражнять</b> - в беге продолжительность ью до 1 мин, - в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке, - в прыжках и перебрасывании мяча. <b>Подвижная игра</b> «Перелет птиц» <b>Малоподвижная игра</b> «Найди и промолчи» 15* - повторить ходьбу с высоким подниманием колен, <b>Знакомить</b> с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), <b>Упражнять</b> в прыжках. <b>Игровые упражнения:</b> «ведение мяча по подгруппам - мальчики, девочки, <b>Подвижная игра</b> «Не</p>	<p><b>Разучить</b> поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по 1; <b>Повторить</b> бег с преодолением препятствий; <b>Упражнять</b> в прыжках с высоты; <b>Развивать</b> координацию движений при перебрасывании мяча. <b>Подвижная игра</b> « Не оставайся на полу» <b>Малоподвижная игра</b> «У кого мяч?» 18* - упражнять в ходьбе и беге; <b>Разучить игровые</b> упражнения с мячом, <b>Повторить</b> игровые упражнения с бегом и прыжками. <b>Игровые упражнения</b> «Проведи мяч» (баскетбольный вариант) «Мяч водящему»</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу с изменением темпа движения, <b>Развивать</b> координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. <b>Подвижная игра</b> «Удочка» 21* - <b>упражнять</b> в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, Непрерывном беге до 1 мин, <b>Познакомить</b> с игрой в бадминтон, <b>Повторить</b> игровое упражнение с прыжками. <b>Игровые упражнения:</b> «Пас друг другу», «Отбей волан», «Будь ловким» Пальчик овая гимнастика: «Ягоды»</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе парами, В равновесии и в прыжках. <b>Повторить</b> лазанье в обруч. Подвижная игра «Гуси-лебеди» 24* - развивать выносливость в беге до 1,5 мин, разучить игру «Посадка картофеля», <b>Упражнять</b> в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники» <b>Игровые упражнения</b> «Посадка картофеля», «Попади в корзину» (баскетбольный вариант) <b>Подвижная игра</b> «Ловишки- перебежки». Пальч иковая гимнастика: «Овощи»</p>	<p>Формирование потребности в здоровом образе жизни. <b>Безопасность:</b> формирование элементарных представлений о здоровом образе жизни, о полезных и вредных привычках. Развитие стремления заботиться о своем здоровье. <b>Социализация:</b> поощрение самостоятельной организации детьми знакомых подвижных игр, участия в играх с элементами соревнований. <b>Коммуникация:</b> развитие свободного общения со взрослыми и детьми. <b>Музыка:</b> красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движения с музыкальным сопровождением.</p>
--	---------------	---	--	--	---	--

1	2	3	4	5	6
Ноябрь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а ( н а о с н о в e и н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й):  умеет выполнять ходьбу и бег с различным выполнением заданий по команде воспитателя; умеет выполнять различные виды прыжков,  стремиться участвовать в играх с элементами соревнования;</p>				
	<p>Тема</p> <p>Занятия 25-27 «День народного единства»</p>	<p>Занятия 28-30 Мониторинг</p>	<p>Занятия 31-33 «Новый год»</p>	<p>Занятия 34-36 «Новый год»</p>	
Задачи	<p><i>Повторить</i> ходьбу с высоким подниманием колен,  <i>Упражнять</i> в равновесии, Перебрасывании мячей в шеренгах.  <i>Подвижная игра</i> «Пожарные на учении»</p>	<p><i>Упражнять</i> - в ходьбе с изменением направления движения,  Бег между предметами,  Повторить прыжки попеременно на правой и на левой ноге с</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе с изменением темпа движения, - в беге между предметами, в равновесии,  <i>Повторить</i> упражнения с мячом.  <i>Подвижная игра</i> «Удочка».</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя,  <i>Упражнять</i> в равновесии и в прыжках.  <i>Подвижная игра</i> «Пожарные на учении»</p>	<p><b>Здоровье:</b> формировать умение характеризовать свое самочувствие в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности.  Знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского движения.  <b>Социализация:</b> поощрять самостоятельную организацию детьми знакомых подвижных игр, участие в играх с элементами соревнований.  Поощрение проявления честности, справедливости в играх. <b>Безопасность:</b> развитие стремления заботиться о своем здоровье, развивать умение прислушиваться к своему организму, соблюдать элементарные правила заботы о нем.</p>

Ноябрь

<p>27* - повторить бег; Игровые упражнения с мячом, в равновесии, в прыжках. <b>Игровые упражнения:</b> «мяч о стенку», «Поймай мяч», «Не задень», <b>Подвижная игра</b> «Мышеловка» » <b>Малоподвижная игра</b> «Угадай, чей голосок» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Утята»</p>	<p>продвижением вперед, В ползании по гимнастической скамейке, В ведении мяча между предметами. <b>Подвижная игра</b> «Не оставайся на полу» 30* - повторить бег с перешагиванием через предметы <b>Развивать</b> - координацию движений, ловкость, <b>Упражнять</b> в беге. <b>Игровые упражнения</b> «Мяч водящему», «По мостику», <b>Подвижная игра</b> «Ловишки с ленточками» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «С гимнастической палкой»</p>	<p>33* - упражнять в беге, развивая выносливость, - в перебрасывании мяча в шеренгах. <b>Повторить</b> игровые упражнения с прыжками и бегом. <b>Игровые упражнения:</b> «Перебрось и поймай», «Перепрыгни- не задень» «Ловишки парами» <b>Малоподвижная игра</b> «Летает- не летает» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Матрёшки»</p>	<p><b>Малоподвижная игра</b> «У кого мяч?» 36* - <b>повторить</b> бег с преодолением препятствий, Игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом. <b>Игровые упражнения:</b> «Мяч о стенку» <b>Подвижная игра</b> «Ловишки- перебежки», «У дочка». Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Г армошка»</p>	
--	---	--	--	--

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и o б р а з o в а т е л ь н ы х o б л а с т е й ) :  
 умеет сохранять дистанцию друг от друга во время ходьбы и бега; сохраняет устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; активно участвует в подготовке и уборке физкультурного инвентаря; следит за внешним видом, чистотой и опрятностью физкультурной формы; проявляет поддержку и взаимовыручку при выполнении заданий.

Тема	Занятия 1-3 «Новый год»	Занятия 4-6 «Новый год»	Занятия 7-9 «Новый год»	Занятия 10-12 «Новый год»	<b>Здоровье:</b> знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского
------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	------------------------------	---

Задачи	<p><b>Упражнять</b> - в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга,</p> <p><b>Разучитьходьбу</b> по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия,</p> <p><b>Повторить</b> - перебрасывание мяча.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Ловишки с ленточками»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Сделай фигуру» 3*</p> <p><b>-разучить</b>игровые упражнения с бегом и прыжками,</p> <p><b>Упражнятьв</b> метании предметов на дальность.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Кто дальше бросит?» «Не задень»,</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону;</p> <p><b>Повторить</b> прыжки попеременно на правой и на левой ноге, продвигаясь вперед,</p> <p><b>Упражнять</b> в ползании и переброске мяча.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Не оставайся на полу»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «У кого мяч?» 6*</p> <p><b>-повторить</b>ходьбу и бег между предметами,</p> <p><b>Упражнять</b> в прыжках с продвижением вперед до предмета, в метании предметов на дальность.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Метко в цель»,</p>	<p><b>Упражнятьв</b> ходьбе и беге врассыпную, <b>Закреплять</b> умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер;</p> <p><b>Повторить</b> ползание по гимнастической скамейке;</p> <p><b>Упражнять</b> в сохранении устойчивого равновесия.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Охотники и зайцы»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Летает-не летает» 9* - <b>упражнятьв</b> ходьбе по гимнастической скамейке с различными положениями для рук, в перепрыгивании через шнуры, в прокатывании мячей друг другу.</p>	<p><b>Упражнять</b> - в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки,</p> <p>- в беге врассыпную,</p> <p>- в лазанье по гимнастической стенке,</p> <p>- в равновесии и в прыжках.</p> <p><b>Подвижная игра</b>«Хитрая лиса» 12-<b>разучить</b>игровые упражнения с клюшкой и шайбой.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Ведение шайбы между предметами» «Точный пас»</p> <p><b>Подвижная игра</b>«Мы веселые ребята» «Мороз Красный Нос»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Найди, где спрятано»Самома ссаж «Массаж лица»</p>	<p>движения, с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале.</p> <p><b>Социализация:</b> воспитание дружеских взаимоотношений между детьми в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности.</p> <p><b>Коммуникация:</b>формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать , объяснять.</p> <p>Музыка:развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.</p>
--------	---	---	---	--	--

1	2		3	4	5	6
Январь	П л а н облаете	и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и ; й ) : выполняет ходьбу и бег между предметами, не задевая принимает активное участие в подвижных играх и играх-со			в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х и х ; выполняет лазанье по гимнастической стенке, не пропуская ревнованиях, стремиться к самостоятельной организации игр.	
	Тема	Занятия 13-15 «Зима»	Занятия 16-18 «Зима»	Занятия 19-21 «Зима»	Занятия 22-24 «Зима»	<b>Здоровье:</b> поощрение самостоятельной организации дошкольниками подвижных игр, выполнения спортивных упражнений.

Задачи	<p><b>Упражнять</b> - в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, - в прыжках с ноги на ногу, - в забрасывании мяча в кольцо; <b>Формировать</b> - устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. <b>Подвижная игра</b> «Медведи и пчелы» <b>Малоподвижная игра по выбору детей.</b> 15* - повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; с мячом и кеглями. <b>Игровые упражнения</b> - ведение шайбы между предметами, -передача шайбы на клюшку друг другу,</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу и бег по кругу; <b>Разучить прыжок</b> в длину с места; <b>Упражнять</b> в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. <b>Подвижная игра</b> «Совушка» 18* - <b>повторить</b> игровые упражнения с бегом и мячом. <b>Игровые упражнения:</b> «Кто быстрее» «Пробеги - не задень» <b>Малоподвижная игра</b> «Найдем зайца» Пальчиковая гимнастика «Зимующие птицы» (Кормушка)</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу и бег между предметами, <b>Упражнять</b> в перебрасывании мячей друг другу, <b>Повторить</b> задание в равновесии. <b>Подвижная игра</b> «Не оставайся на полу» 21* - <b>повторить</b> игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием предметов на дальность. <b>Игровые упражнения:</b> «Пробеги- не задень», «Кто дальше бросит» <b>Подвижная игра</b> «Мороз Красный Нос» Пальчиковая гимнастика «Зима» (Снежок)</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу и бег по кругу, <b>Упражнения</b> равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. <b>Подвижная игра</b> «Хитрая лиса» 24* - <b>повторить</b> игровые упражнения с бегом и прыжками; лазание по гимнастической стенке. <b>Игровые упражнения</b> «По местам», «Пробеги - не задень» «Кто быстрее» - лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек. Пальчиковая гимнастика «Зима» (Мы во двор пошли гулять)</p>	<p><b>Социализация:</b> продолжать развитие игровой деятельности; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками. <b>Труд:</b> поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. <b>Безопасность:</b> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. <b>Познание:</b> развитие умения определять пространственные направления - вперед-назад, влево-вправо, вверх-вниз. <b>Музыка:</b> развивать умение выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. <b>Коммуникация:</b> развитие свободного общения со взрослыми и детьми.</p>
--------	--	---	---	---	---

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ): в ы п о л н я е т н е п р е р ы в н ы й б е г д о 1,5 м и н ; в ы п о л н я е т х о д ь б у и б е г , н е н а т а л к и в а я с ь д р у г н а д р у г а : у м е е т л а з а т ь п о г и м н а с т и ч е с к о й с т е н к е , н е п р о п у с к а я р е e k ; п р и н и м а е т а к т и в н о е у ч а с т и е в и g p a x , и g p a x - c o p e v n o в а н и я х , c t p e м и т ь с я к c a м o c t o я т е л ь н o й o p g a n и з а ц и и п o d в и ж н o й и g p a x ; и м e e т п р e d c t a в л e н и e o P o c c и й c k o й A p m и и .

Тема	Занятия 25-27 «День защитника Отечества»	Занятия 28-30 «День защитника Отечества»	Занятия 31-33 «День защитника Отечества»	Занятия 34-36 «Междунар одны й женский день»	<b>Здоровье:</b> продолжать работу по укреплению здоровья детей.
------	--	--	--	--	---

Задачи	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе и беге враспынную, В беге до 1 мин, В сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре,</p> <p><b>Повторить</b> упражнения в прыжках и забрасывании мяча в кольцо.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Охотники и зайцы»</p> <p>27* - <b>повторить</b> игровые упражнения с шайбой; повторить лазанье по гимнастической стенке.</p> <p>Игровые упражнения: «Проведи- не задень» «Точный пас друг другу» «Кто выше»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Мышеловка»Иг</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки, Ходьбу и бег враспынную;</p> <p><b>Закреплятьнавык</b> энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках,</p> <p><b>Упражнятьв</b> лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Не оставайся на полу»</p> <p>30* - <b>упражнять</b> в метании предметов на дальность,</p> <p>Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Кто дальше» «Кто быстрее»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Найди, где спрятано»Игровы</p>	<p><b>Упражнятьв</b> ходьбе и беге между предметами,</p> <p><b>Разучит ь</b> метание в вертикальную цель;</p> <p><b>Упражнять</b> в лазанье под палку и перешагивании через нее.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Мышеловка»</p> <p>33* - <b>повторить</b>игровые упражнения с бегом и прыжками; метание предметов в цель и на дальность.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Точно в круг» «Кто дальше»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Ловишки»Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Шаг с припаданием»</p>	<p><b>Упражнять</b> в непрерывном беге, В лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек, В сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре,</p> <p><b>Повторить</b> задания в прыжках и с мячом.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Гуси-лебеди»</p> <p>36* - построение в шеренгу, перестроение в колонну по 1; ходьба с выполнением заданий.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Кто быстрее» «Не попадись» «По мостику»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Ловишки-перебежки»</p> <p><b>Малоподвижная игра по выбору</b></p>	<p><b>Социализация:расширение</b> представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности.</p> <p><b>Труд:</b> поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря.</p> <p><b>Безопасность:</b> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований.</p> <p><b>Познание:</b> развитие сенсорики.</p> <p><b>Коммуникация:</b> совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи.</p> <p><b>Музыка:</b> развитие музыкального слуха-выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.</p>
--------	--	--	--	---	---

Март

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ): выполняет ходьбу и бег с изменением темпа движения, с поворотом по команде воспитателя; принимает активное участие в эстафетах; подготавливает и убирает спортивный инвентарь к занятию; знает значимость физических упражнений для организма, о важности физических упражнений для здоровья.

Тема	Занятия 1-3 «Международный женский день»	Занятия 4-6 «Народная культура и традиции»	Занятия 7-9 «Народная культура и традиции»	Занятия 10-12 «Народная культура и традиции»	<b>Здоровье:</b> осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ
------	---	---	---	---	---

Задачи	<p><b>Упражнять</b> детей - в ходьбе колонной по 1, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; - в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.</p> <p><b>Разучить</b> ходьбу по канату с предметом на голове;</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Пожарные на учении <b>Эстафетас</b> большим мячом «Мяч водящему. 3* - <b>повторить</b> игровые упражнения с бегом;</p> <p><b>Упражнять</b> в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Пас точно на</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения, в рассыпную; <b>Разучить</b> прыжок в высоту с разбега; <b>Упражнять</b> в метании мешочков в цель, В ползании между предметами.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Медведи и пчелы» 6* - <b>повторить</b> бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Ловкие ребята», «Кто быстрее»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Карусель»</p> <p><b>Игра малой подвижности по выбору детей. Самомасса</b></p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу у со сменой темпа движения; <b>Упражнять</b> в ползании по гимнастической скамейке, Равновесии и прыжках.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Стоп» 9* - <b>упражнять</b> детей в ходьбе и беге в чередовании; <b>Повторить</b> игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Канатоходец», «Удочка» -игровое упражнение с прыжками</p> <p><b>Эстафета с мячом</b> «Быстро передай»</p> <p><b>Игра малой подвижности</b> «Угадай по голосу» <b>Самомасса</b> «<b>Массаж</b></p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе с перестроением в колонны по 2 в движении; В метании в горизонтальную цель; В лазанье, в равновесии.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Не оставайся на полу» 12* - упражнять в беге на скорость; <b>Разучить</b> упражнение с прокатыванием мяча; <b>Повторить</b> игровые упражнения с прыжками.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Прокати - сбей», «Пробеги - не задень»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Удочка»</p> <p><b>Малоподвижная игра по выбору детей. Самомасса</b> «<b>Массаж стоп</b>»</p>	<p>жизни. Расширение представлений о важности для здоровья сна, движений.</p> <p><b>Социализация:</b> поощрение организации детьми знакомых подвижных игр, участия в играх с элементами соревнования.</p> <p><b>Безопасность:</b> развивать умение ориентироваться в зале, на физкультурной площадке; соблюдать правила безопасного поведения во время непосредственно образовательной деятельности.</p> <p><b>Труд:</b> продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спорт инвентаря.</p> <p><b>Познание:</b> продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных.</p> <p><b>Коммуникация:</b> продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности.</p> <p><b>Музыка:</b> совершенствование навыков основных движений - ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
--------	--	---	---	---	--

1	2	3	4	5	6
Апрель	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ) :  выполняет ходьбу и бег между предметами, не задевая их; сохраняет устойчивое равновесие на повышенной площади опоры; занимает правильное и.п. при прыжках и приземляется мягко на полусогнутые ноги; выполняет лазанье по гимнастической стенке произвольным способом; проявляет честность, справедливость и взаимовыручку при проведении игр- соревнований.</p>				
Тема	Занятия 13-15 «Весна»	Занятия 16-18 «Весна»	Занятия 19-21 «День Победы»	Занятия 22-24 Мониторинг	<b>Здоровье:</b> развивать умение заботиться о своем здоровье, воспитание потребности

	Задачи	<p><b>Повторить</b> ходьбу и бег по кругу;</p> <p><b>Упражнять</b> в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре;</p> <p>В прыжках и метании.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Медведь и пчелы» 15* -</p> <p><b>упражнять детей</b> в чередовании ходьбы и бега;</p> <p>Повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом. Пальчиковая гимнастика «Одежда»</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу и бег между предметами;</p> <p><b>Разучить</b> прыжки с короткой скакалкой,</p> <p><b>Упражнять</b> в прокатывании обручей.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Стоп»</p> <p><b>Малоподвижная игра по выбору детей.</b> 18*</p> <p><b>-упражнять детей</b> в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча;</p> <p><b>Повторить игровые упражнения</b> с</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе и беге колонной по 1 с остановкой по команде воспитателя;</p> <p><b>Повторить</b> метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер;</p> <p><b>Упражнять</b> в ползании и сохранении устойчивого равновесия.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Удочка» 21* - <b>повторить</b> бег на скорость; игровые упражнения с мячом,</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе и беге между предметами;</p> <p><b>Закреплять</b> навык и лазанья на гимнастическую стенку;</p> <p><b>Упражнять</b> в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Г орелки»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Угадай, чей голосок?» 24* - <b>упражнять</b> в беге на скорость;</p> <p><b>Повторить</b> игровые упражнения с мячом, в</p>	<p>быть здоровым. Знакомство с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.</p> <p><b>Социализация:</b> поддерживать интерес к различным видам игр,.</p> <p><b>Безопасность:</b> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.</p> <p><b>Музыка:</b> упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
--	--------	---	---	---	--	--

Апрель			прыжками и мячом. <b>Игровые упражнения:</b> «Пройди - не задень», «Догони обруч», «Перебрось и поймай» <b>Эстафета</b> с прыжками «Кто быстрее до флажка» <b>Малоподвижная игра</b> «Кто ушел?» Пальчиковая гимнастика «Посуда» (Помощники)	прыжками и бегом. <b>Игровые упражнения:</b> «Кто быстрее», «Мяч в кругу» <b>Подвижная игра</b> «Карусель» Пальчиковая гимнастика «Домашние птицы»	прыжках и равновесии. <b>Игровые упражнения:</b> «Сбей кеглю», «Пробеги - не задень», «С кочки на кочку». Пальчиковая гимнастика «Дикие животные»	
Май	Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег легко и ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп; выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие; выполняет перестроения, повороты; участвует в упражнениях с элементами спортивных игр.					
	Тема	Занятия 25-27 «День Победы»	Занятия 28-30 «Лето»	Занятия 31-33 «Лето»	Занятия 34-36 «Лето»	<b>Здоровье: расширять</b> представления о здоровом образе жизни, о значении выполнения физических упражнений.

Задачи	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; В сохранении устойчивого равновесия на повышенной опоре;</p> <p><b>Повторить</b> упражнения в прыжках и с мячом.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Мышеловка»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Что изменилось»</p> <p>27* - <i>упражняться</i> в беге с высоким подниманием бедра;</p> <p><b>Развивать</b> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Проведи мяч», «Пас друг другу»,</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге колонной по 1 с перешагиванием через предметы;</p> <p>В перебрасывании мяча.</p> <p><b>Разучить прыжок</b> в длину с разбега,</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Не оставайся на полу»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Найди и промолчи»</p> <p>30* - <i>развивать</i> выносливость в непрерывном беге;</p> <p><i>Упражнять</i> в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер;</p> <p><b>Повторить</b> игровые упражнения с мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Прокати - не урони», «Кто быстрее» «Забрось в кольцо»</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами колонной по 1 и в рассыпную,</p> <p><b>Развивать</b> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом;</p> <p><b>Повторить</b> упражнения в равновесии и с обручем.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Пожарные на учении»</p> <p>33* - <b>повторить</b> бег на скорость;</p> <p>Игровые упражнения с мячом, в прыжках.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Кто быстрее», «Ловкие ребята»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Мышеловка»</p> <p><b>Эстафета с мячом.</b> Игровые упражнения для профилактики плоскостопия:</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу с изменением темпа движения;</p> <p>Прыжки между предметами.</p> <p><b>Развивать</b> навык ползания по гимнастической скамейке, лежа на животе.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Караси и щука»</p> <p>36* - <i>упражнять</i> в ходьбе и беге с изменением темпа движения;</p> <p>Игровых упражнениях с мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Мяч водящему»,</p> <p><b>Эстафета с мячом</b> «Передача мяча в колонне» (двумя руками назад)</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Не оставайся на земле» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Художник»</p>	<p><b>Социализация:</b> продолжать приобщать к общепринятым правилам и нормам поведения со сверстниками и со взрослыми.</p> <p><b>Безопасность:</b> <i>продолжать</i> приобщать детей к занятию спортом и закаливанию, развитие стремление заботиться о своем здоровье.</p>
--------	--	---	--	--	---

## Комплексно - тематический план работы с детьми подготовительной к школе группы

Месяц	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
1	2	3	4	5	6
Сентябрь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): выполняет ходьбу и бег с соблюдением дистанции, сохраняет правильную осанку во время выполнения физических упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе по повышенной точке опоры; занимает правильное и.п. при прыжках и мягко приземляется на полусогнутые ноги.</p>				
	Тема Занятия 1-3 «День знаний»	Занятия 4-6 «Осень»	Занятия 7-9 «Осень»	Занятия -10-12 «Осень»	<b>Здоровье:</b> формировать привычку следить за опрятностью одежды, расширение

	Задачи	<p><b>Упражнять</b> в беге колонной по 1, в умении переходить с бега на ходьбу; В сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p><b>Развивать</b> точность движений при переброске мяча.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Ловишки»</p> <p>3* - <b>упражнять</b> в равномерном беге и беге с ускорением;</p> <p><b>Знакомить</b> с прокатыванием обручей, <b>Повторить прыжки</b> на 2-х ногах с продвижением вперед</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Ловкие ребята», «Пингвины», «Догони свою пару»</p> <p><b>Подвижная игра</b></p>	<p><b>Упражнять</b> в равномерном беге с соблюдением дистанции, <b>Развивать</b> координацию движений в прыжках с доставанием до предмета, <b>Повторить</b> упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Ловишка»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Летает - не летает!»</p> <p>6* - <b>упражнять</b> в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Быстро встань в колонну!» «Прокати обруч»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Совушка»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов, Развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие, <b>Повторить</b> упражнение на переползание по гимнастической скамейке.</p> <p>9* - <b>упражнять</b> в чередовании ходьбы и бега, <b>Развивать</b> быстро и точность движения при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Быстро передай», «Пройди - не задень»</p> <p><b>Подвижная игра</b></p>	<p><b>Упражнять</b> в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; В ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; В равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий.</p> <p><b>Повторить прыжки</b> через шнуры.</p> <p>12* - <b>повторить</b> ходьбу и бег по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Прыжки по кругу», «Проведи мяч», «Круговая лапта»</p> <p><b>Игра</b> «Фигуры» Игровой самомассаж: «Массаж лица»</p>	<p>представлений о составляющих здорового образа жизни (движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.</p> <p><b>Социализация:</b> формирование умения согласовывать свои действия с действиями партнеров, соблюдать в игре ролевые взаимодействия и взаимоотношения. воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычки сообща заниматься.</p> <p><b>Труд:</b> развивать умение доводить начатое до конца. Побуждать и поощрять за подготовку и уборку спортивного инвентаря.</p> <p><b>Познание:</b> совершенствование глазомера в процессе непосредственно организованной деятельности.</p> <p><b>Коммуникация:</b> развитие свободного общения со взрослыми и детьми.</p> <p><b>Музыка:</b> развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.</p> <p><b>Безопасность:</b> формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни, приобщение детей к занятиям спортом и закаливанию; продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр.</p>
--	--------	---	---	---	---	--

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): выполняет ходьбу и бег между предметами, с преодолением препятствий; выполняет прыжки, приземляясь на полусогнутые ноги; выполняет ведение мяча в прямом направлении, «Змейкой»; проявляет интерес к физкультуре и спорту, выполняет упражнения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.

Тема	Занятия 13-15 «Мой город, моя страна, моя планета»	Занятия 16-18 «Мой город, моя страна, моя планета»	Занятия 19-21 «День народного единства»	Занятия 22-24 «День народного единства»	<b>Здоровье:</b> обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего дня в ходе подвижных, спортивных и народных игр.
------	---	---	---	---	--

	<p>Задачи</p>	<p><b>Закреплять</b> навык ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Перелет птиц» 15* -упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом,</p> <p><b>Повторить</b> задания с прыжками.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Перебрось - поймай» «Не попадись» «Фигуры» Пальчиковая гимнастика:</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе с изменением направления движения по сигналу, <b>Отрабатывать</b> навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; <b>Развивать</b> координацию движений в упражнениях с мячом.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Не оставайся на полу»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Эхо» 18* - <b>повторить</b> бег в среднем темпе до 1,5 мин; развивать точность броска,</p> <p>Упражнять в прыжках.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Кто самый меткий», «Перепрыгни -</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе с высоким подниманием колен, <b>Повторить</b> упражнение в ведении мяча, ползании, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Удочка» <b>малоподвижная игра</b> «Летает - не летает» 21* - <b>закреплять</b> навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя;</p> <p><b>развивать точность</b> в упражнениях с мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Успей выбежать», «Мяч водящему»</p> <p><b>Подвижная игра</b></p>	<p><b>Закрепят ь</b> навык ходьбы со сменой темпа движения, <b>Упражнять</b> в беге в рассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием;</p> <p>повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Удочка» 24* <b>-повторит ь</b> ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе;</p> <p><b>Упражнять</b> в прыжках и переброске мяча.</p> <p><b>Игровые упражнения</b> «Лягушки», «Не попадись»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Ловишки с ленточками» <b>Игра</b> «Эхо» Пальч</p>	<p><b>Социализация:</b> развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении норм и правил поведения.</p> <p><b>Безопасность:</b> развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье.</p> <p><b>Коммуникация:</b> побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности.</p> <p><b>Музыка:</b> организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыкальное сопровождение.</p>
--	---------------	---	--	--	---	--



1	2	3	4	5	6
Ноябрь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ) : у м е е т с о б л ю д а т ь з а д а н н ы й т е м п в х о д ь б е и б е г е ; п о л ь з у е т с я с п е ц и а л ь н ы м и ф и з и ч е с к и м и у п р а ж н е н и я м и д л я у к р e п л e н и я с в o e г o o r g a n и з м a ; п р и н и м а е т а к т и в н о е у ч а с т и е в п o д г o t o в к e и у б o р к e c п o р т и н в e n т а р я ; o р и e n т и р у е т с я в п р o c т р a n c т в e , c л e д и т з a c в o и м в н e ш н и м в и d o м .</p>				
Тема	Занятия 25-27 «День народного единства»	Занятия 28-30 Мониторинг	Занятия 31-33 «Новый год»	Занятия 34-36 «Новый год»	<b>Здоровье:</b> продолжать формировать представления о здоровом образе жизни, о значении двигательной активности в жизни

<p>Задачи</p>	<p><b>Закреплять</b> навык ходьбы и бега по кругу;</p> <p><b>Упражнять</b> в ходьбе по канату (или толстому шнуру);</p> <p>В энергичном отталкивании в прыжках через шнур;</p> <p><b>Повторить</b> эстафету с мячом.</p> <p><b>Эстафета</b> «Мяч водящему»,</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Догони свою пару»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Угадай, чей голосок»</p> <p>27* - <b>закреплять</b> навык ходьбы и бега, перешагивая через предметы;</p> <p><b>повторить</b> игровые упражнения с мячом и прыжками.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Мяч о стенку»,</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе с изменением направления движения, Прыжках через короткую скакалку, Бросании мяча друг другу, Ползании по гимнастической скамейке на четвереньках.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Фигуры»</p> <p>30* - <b>закреплять</b> навык ходьбы и бега с преодолением препятствий, Ходьбе с остановкой по сигналу,</p> <p><b>Повторить</b> игровые упражнения с мячом и в прыжках.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Передача мяча по кругу», «Не задень»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Не оставайся на</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе и беге «змейкой» между предметами;</p> <p><b>повторить</b> введении мяча с продвижением вперед,</p> <p><b>Упражнять</b> в лазанье под дугу, в равновесии.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Перелет птиц»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Летает - не летает»</p> <p>33* - <b>упражнять</b> в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен,</p> <p><b>Повторить</b> игровые упражнения с мячом и бегом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Переброска мячей»,</p> <p><b>Подвижная игра</b> «По местам» Игровые упражнения для профилактики</p>	<p><b>Закреплять</b> навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движней и ловкость,</p> <p><b>Разучить</b> в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой,</p> <p><b>повторить</b> упражнения в прыжках и на равновесие.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Фигуры»</p> <p>36* - <b>повторить</b> ходьбу и бег с изменением направления движения,</p> <p><b>Упражнять</b> в поворотах с прыжком на месте,</p> <p><b>Повторить</b> прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы,</p> <p><b>упражнять</b> в</p>	<p>человека, умения пользоваться специальными физическими упражнениями для укрепления своих органов и систем.</p> <p><b>Безопасность:</b> продолжать формировать навык безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем.</p> <p><b>Труд:</b> поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря.</p> <p><b>Познание:</b> активизация мышления детей, организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве.</p> <p><b>Художественное творчество:</b> привлечение внимания детей к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя.</p> <p><b>Музыка:</b> развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.</p>
---------------	---	--	--	---	--

Ноябрь						
Декабрь	<p>П л а н и р у е м ы е  р е з у л ь т а т ы  к  у р о в н ю  р а з в и т и я  и н т е г р а т и в н ы х  к а ч е с т в  р е б е н к а  ( н а  о с н о в е  и н т е г р а ц и и  о б р а з о в а т е л ь н ы х  о б л а с т е й ) :  у м е е т  с о б л ю д а т ь  з а д а н н ы й  т е м п  в  х о д ь б е ;  п р и д у м ы в а е т  в а р и а н т ы  и г р ;  п р о г о в а р и в а е т  н а з в а н и е  ф и з и ч е с к и х  у п р а ж н е н и й ,  з н а е т  и х  в л и я н и е  н а  o р г а н и з м ,  o c e н и в а e t  к а ч e c t в o  у п р а ж н e н и й  в ы п o л н e н и я  д р у г и м и  д e т ь м и ,  к а к  с а м  в ы п o л н я e t ;  у м e e t  р e ш а т ь  c п o р н ы е  в o п р o c ы  в  п р o c e c c e  д в и г а т e л ь н o й  д e я т e л ь н o c т и ,  п р o я в л я e t  в з а и м o в ы р у ч к у .</p>					
	Тема	Занятия 1-3 «Новый год»	Занятия 4-6 «Новый год»	Занятие 7-9 «Новый год»	Занятие 10-12 «Новый год»	Здоровье:развитие творчества, самостоятельности, инициативы в

Задачи	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; В сохранении устойчивого равновесия при ходьбе в усложненной ситуации.</p> <p><b>Развивать</b> ловкость в упражнениях с мячом.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Хитрая лиса» 3* - <b>повторить</b> ходьбу в колонне по 1 с остановкой по сигналу воспитателя, <b>Упражнять</b> в продолжительно м беге до 1, 5 мин,</p> <p><b>Повторить</b> упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b></p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно,</p> <p><b>Повторить</b> упражнения в ползании и эстафету с мячом.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Салки с ленточкой»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Эхо» 6* - <b>упражнять</b> в ходьбе в колонне по 1 с выполнением заданий по сигналу воспитателя,</p> <p><b>Повторить</b> игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b></p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением, <b>Упражнять</b> в перебрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер, <b>Упражнять</b> в ползании на животе, в равновесии.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Попрыгунчики - воробушки» 9* - <b>упражнять</b> в ходьбе и беге колонной по 1, В ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя,</p> <p><b>Повторить</b> задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди - не</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону, <b>Упражнять</b> в ползании по скамейке «по-медвежьи», <b>Повторить</b> упражнения в прыжках и на равновесие.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Хитрая лиса»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Эхо» 12* - <b>упражнять</b> в ходьбе между предметами, <b>Разучить</b> <b>игровое задание</b> «Точный пас», <b>Развивать</b> ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.</p> <p><b>Игровые задания</b> «Точный пас», «Кто дальше бросит», «По дорожке на одной ножке»</p> <p><b>Подвижная игра</b></p>	<p>двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.</p> <p><b>Социализация:</b> развитие инициативы, организаторских способностей, умения действовать в команде.</p> <p><b>Коммуникация:</b> продолжать формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать, объяснять. Побуждать к называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности.</p> <p><b>Музыка:</b> развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Труд:</b> поощрять желание подготавливать и убирать спортивный инвентарь к занятиям, после занятий.</p>
--------	---	---	---	---	---

2

3

1

6

2

3

1

6

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ) :  
 Я н в а р ь с о х р а н я е т п р а в и л ь н у ю о с а н к у в р а з л и ч н ы х в и д а х д е я т е л ь н о с т и , п р о я в л я е т и н т е р е с к ф и з к у л ь т у р е , п р о г о в а р и в а е т н а з в а н и е ф и з и ч е с к и х  
 у п р а ж н е н и й и з н а е т и х в л и я н и е н а o р г а н и з м .

Тема	Занятия 13-15 «Зима»	Занятия 16-18 «Зима»	Занятия 19-21 «Зима»	Занятия 22-24 «Зима»	
------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	--

Задачи	<p><b>Повторить</b> ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную по сигналу воспитателя, <b>Упражнения</b> в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствия. <b>Подвижная игра</b> «День и ночь» <b>Малоподвижная игра по выбору детей.</b> 15* -<b>упражнять</b> в ходьбе в колонне по 1, беге между предметами, Ходьбе и беге врассыпную, <b>Повторить</b> игровые упражнения с прыжками, подвижную игру «Два Мороза» <b>Игровые упражнения:</b> «Кто быстрее2,</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу с выполнением заданий для рук, <b>Упражнять</b> в прыжках в длину с места, <b>Развивать</b> ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. <b>Подвижная игра</b> «Совушка» 18* - провести игровое упражнение «Снежная королева», упражнения с элементами хоккея, игровое упражнение с метанием предметов вдаль, игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки» .Пальчиковая гимнастика «Зимующие птицы»</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе и беге с дополнительными заданиями, <b>Развивать</b> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, <b>Повторить</b> лазанье под шнур. <b>Подвижная игра</b> «Удочка» 21* - <b>упражнять</b> в ходьбе между предметами, разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны зала на другую. <b>Подвижная игра</b>«Два Мороза».Пальчиковая гимнастика «Зима»(Снежок)</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу и бег с изменением направления движения, <b>Упражнять</b> в ползании на четвереньках, <b>Повторить</b> упражнения на равновесие и в прыжках. <b>Подвижная игра</b> «Паук и мухи» <b>Малоподвижная игра по выбору детей.</b> 24* - <b>повторить</b> ходьбу между предметами, разучить игру «По местам!» <b>Игровые упражнения:</b> «По дорожке на одной ножке» «По местам», «Поезд»Пальчиковая гимнастика «Зима» (Мы во двор пошли гулять)</p>	<p><b>Здоровье:</b> расширять представление о значении физических упражнений для организма. <b>Социализация:</b> развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении правил и норм поведения. <b>Безопасность:</b> развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. <b>Познание:</b> развитие ориентировки в пространстве. <b>Коммуникация:</b> формировать умение отстаивать свою точку зрения. <b>Музыка:</b> проведение подвижных игр и соревнований под музыкальное сопровождение.</p>
--------	---	---	---	--	---

Февраль

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ): сохраняет равновесие на повышенной опоре; точно перебрасывает мяч напарнику, пролезает в обруч правым\левым боком; подлезает под дугу в группировке; энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках; имеет представление о Российской Армии; активно участвует в подвижных играх, придумывает варианты игр, стремиться к самостоятельной организации игр; умеет отстаивать свою точку зрения.

Тема	Занятия 25-27 «День защитника Отечества»	Занятия 28-30 «День защитника Отечества»	Занятие 31-33 «День защитника Отечества»	Занятие 34-36 «Международны й женский день»	<b>Здоровье:</b> <i>продолжать</i> работу по укреплению здоровья детей. <b>Социализация:</b> расширение представлений о российской Армии посредством
------	--	---	--	---	---

Задачи	<p><b>Упражнять</b> в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола и прыжках, <b>Повторить</b> упражнения в прыжках, в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. <b>Подвижная игра</b> «Ключи» <b>27* -упражнять</b> в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя, <b>Повторить</b> игровое упражнение с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками. Игров</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук, <b>Разучить</b> прыжки с подскоком, <b>Упражнять</b> в переброске мяча, повторить лазанье в обруч. <b>Подвижная игра</b> «Не оставайся на полу» <b>30* -упражнять</b> в ходьбе с выполнением заданий, <b>повторить</b> игровые упражнения с клюшкой и шайбой. <b>Подвижная игра</b> «Фигуры», «Затейники» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Присядка»</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу со сменой темпа движения, <b>Упражнять</b> в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге, В метании предметов, лазанье на гимнастическую стенку, <b>Повторить</b> упражнения на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания. <b>Подвижная игра</b> «Не попадись» <b>33* - упражнять</b> в ходьбе с выполнением заданий, <b>повторить</b> игровые упражнения с клюшкой и шайбой. <b>Подвижная игра</b></p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе в колонне по 1 с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами, <b>Повторить</b> упражнения на равновесие и прыжки. <b>Подвижная игра</b> «Жмурки» <b>36* - упражнять</b> в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; игровые упражнения с метанием предметов и прыжками. <b>Игровые упражнения:</b> «не попадись», <b>Подвижные игры</b> «Белые медведи», «Карусель» <b>Малоподвижная игра</b> «Затейники» Игро</p>	<p>непосредственно организованной образовательной деятельности. <b>Труд:</b> поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. <b>Безопасность:</b> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. <b>Познание:</b> развитие сенсорики. <b>Коммуникация:</b> совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. <b>Музыка:</b> развитие музыкального слуха-выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.</p>
--------	--	--	---	---	--

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ):						
Март	Тема	Занятия 1-3 «Международный женский день»	Занятия 4-6 «Народная культура традиции»	Занятия 7-9 и «Народная культура и традиции»	Занятия 10-12 Мониторинг	<b>Здоровье:продолжать</b> развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к
	Задачи					

<p><b>Упражнять</b> в ходьбе и беге между предметами, в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с дополнительным заданием,</p> <p><b>Повторить</b> задание в прыжках, эстафету с мячом.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Ключи»</p> <p>3* - <b>повторить</b> упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Бегуны», «Лягушки в болоте», «Мяч о стенку»</p> <p><b>Игра</b> «:Совушка»Само массаж «Баю- баю- баиньки</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе в колонне по 1, беге врассыпную,</p> <p><b>Повторить</b> упражнения в прыжках, ползании, Задания с мячом.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Затейники»</p> <p><b>Малоподвижная игра по выбору детей.</b></p> <p>б* - <b>упражнять</b> в беге и прыжках,</p> <p><b>Развивать</b> ловкость в заданиях с мячом.</p> <p><b>Игра с бегом</b> «Мы веселые ребята», «Охотники и утки» - с мячом. <b>Игра</b> «Тихо - громко»Самома <b>ссаж «Массаж стоп»</b></p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу с выполнением заданий, <b>Упражнять</b> в метании предметов в горизонтальную цель,</p> <p><b>Повторить</b> упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Волк во рву»</p> <p><b>Малоподвижная игра.</b></p> <p>9* - <b>упражнять</b> в беге на скорость, <b>повторить</b> игровые упражнения с прыжками и с мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Кто скорее до мяча», «Пас ногой», «Ловкие зайчата»</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу и бег с выполнением заданий, <b>Упражнять</b> в лазаньи на гимнастическую стенку, повторить упражнения на равновесие и прыжки.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Совушка»,</p> <p><b>Малоподвижная игра по выбору детей.</b></p> <p>12* - <b>повторить</b> упражнения с бегом, прыжками и мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Салки-перебежки», «Передача мяча в колонне», «Удочка» «Г орелки». <b>Само массаж «Массаж стоп»</b></p>	<p>самоконтролю, самооценке при выполнении движений.</p> <p><b>Социализация:</b><i>развивать</i> умение использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры, справедливо оценивать результаты игры, интерес к народным играм.</p> <p><b>Безопасность:</b></p> <p><b>Труд:</b> продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спорт инвентаря.</p> <p><b>Познание:</b> продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных.</p> <p><b>Коммуникация:</b> продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности.</p> <p><b>Музыка:</b> совершенствование навыков основных движений - ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
--	--	--	---	--

Апрель

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ): в ы п о л н я е т п р а в и л ь н о в с е в и д ы о с н о в н ы х д в и ж е н и й ; в ы п о л н я е т ф и з и ч е с к и е у п р а ж н е н и я и з р а з н ы х и . п . ч е т к о и р и т м и ч н о , с л е д и т з а о с а н к о й ; м е т а е т п р е д м е т ы п р а в о й и л е в о й р у к о й в д а л ь ; а к т и в н о у ч а с т в у е т в и g p a x - c o p e r e b n o b a n и я х , п р о я в л я е т в з а и м о в ы р у ч к у , п o d d e r ж и в а е т c в o и x т o в а р и щ е й , д e й с т в у е т в k o m a n d e .

Тема	Занятия 13-15 «Весна»	Занятие 16-18 «Весна»	Занятия 19-21 «День Победы»	Занятия 22-24 «День Победы»	<b>Здоровье:</b> обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего
------	--------------------------	--------------------------	--------------------------------	--------------------------------	--

Задачи	<p><b>Повторить</b> игровое упражнение в ходьбе и беге, <b>Упражнять</b> на равновесие, в прыжках, с мячом.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Хитрая лиса»</p> <p>15* - <b>повторить</b> игровое упражнение с бегом, Игровые задания с мячом, с прыжками.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Быстро в шеренгу», «Перешагни - не задень», «С кочки на кочку»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Охотники и утки»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Великаны и гномы». Пальчиковая гимнастика «Одежда»</p>	<p><b>Повторить</b> упражнения в ходьбе и беге, <b>Упражнять</b> в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мячей друг другу.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Мышеловка»</p> <p>18* - <b>повторить</b> игровое задание с ходьбой и бегом, Игровые упражнения с прыжками и с мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Пас ногой», «Пингвины»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Горелки» Пальчиковая гимнастика «Посуда» (Помощники)</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе в колонне по 1, в построении в пары (колонна по 2), В метании мешочков на дальность, В ползании, в равновесии.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Затейники»</p> <p>21* - <b>повторить</b> бег на скорость, <b>Упражнять</b> в заданиях с прыжками, в равновесии.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Перебежки», «Пройди - не задень», «Кто дальше прыгнет», «Пас ногой», «Поймай мяч»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Тихо - громко» Пальчиковая гимнастика «Домашние птицы»</p>	<p><b>Повторить</b> ходьбу и бег с выполнением заданий, Упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.</p> <p><b>Игровое упражнение</b> «По местам»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Салки с ленточкой»</p> <p>24* - <b>повторить</b> игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Передача мяча в колонне», <b>Подвижная игра</b> «Лягушки в болоте» (с прыжками)</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Горелки»</p> <p><b>Малоподвижная игра</b> «Великаны и гномы» Пальчиковая гимнастика «Одежда»</p>	<p>дня в ходе подвижных, спортивных, народных игр и физических упражнений. Расширение представлений о роли солнечного света, воздуха, воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.</p> <p><b>Социализация:</b> развитие умения действовать в команде.</p> <p><b>Безопасность:</b> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.</p> <p><b>Музыка:</b> упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
--------	---	--	---	--	--

1	2	3	4	5	6
Май	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ) : с л е д и т з а о с а н к о й , в ы п о л н я е т э л e м e н т а р н ы е п р a в и л а б e з o п a c н o г o п o в e д e н и я в o в р e м я р a z л и ч н ы х и г р и ф и з и ч e c k и х у п р a ж н e н и й ; в ы п o л н я e т x o д ь б y б e г в к o л o н н e п o 1 , п e р e c t p a и в a e т c я п o c и г н a л y в к p y г , в k o л o n н ы п o 2 , п o 3 , п o 4 .				
	Тема	Занятия 25-27 «День Победы»	Занятия 28-30 «До свидания, детский сад! Здравствуй школа!»	Занятие 31-33 «До свидания, детский сад! Здравствуй школа!»	Занятие 34-36 «До свидания, детский сад! Здравствуй школа!»

Задачи	<p><b>Повторить</b> упражнения в ходьбе и беге, В равновесии при ходьбе по повышенной опоре, В прыжках с продвижением вперед на одной ноге, в бросании мяча о стенку.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Совушка», <b>Малоподвижная игра</b> «Великаны и гномы» 27* - <b>упражнять</b> в продолжительно м беге, развивая выносливость; <b>развивать</b> точность движений при переброске мяча друг другу в движении, <b>Упражнять</b> в прыжках через короткую скакалку, повторить упражнения в равновесии с</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, <b>повторить</b> упражнения с мячом.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Г орелки», <b>Малоподвижная игра</b> «Летает - не летает» 30* - <b>упражнять</b> в ходьбе и беге с выполнением заданий, <b>Повторить</b> упражнения с мячом, в прыжках.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Ловкие прыгуны», «Проведи мяч», «Пас друг другу»</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Мышеловка». Игровые упражнения для профилактики плоскостопия:</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе и беге в колонне по 1, по кругу, В ходьбе и беге врассыпную, в метании предметов на дальность, в прыжках, в равновесии.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Воробы и кошка» 33* - <b>упражнять</b> в ходьбе и беге между предметами, В ходьбе и беге врассыпную, <b>Повторить</b> задания с мячом и прыжками.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «Мяч водящему», «Кто скорее до кегли» <b>Индивидуальные игры с мячом.</b></p> <p><b>Подвижная игра</b> «Горелки» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия:</p>	<p><b>Упражнять</b> в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу, повторить упражнения в лазании на гимнастическую стенку, <b>Упражнять</b> в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.</p> <p><b>Подвижная игра</b> «Охотники и утки» <b>Малоподвижная игра</b> «Летает - не летает». 36* - <b>повторить</b> игровые упражнения с бегом и ходьбой, <b>Упражнять</b> в заданиях с мячом.</p> <p><b>Игровые упражнения:</b> «По местам», «Кто быстрее», «Пас ногой»,</p>	<p><b>Труд:</b> закреплять умение замечать и устранять беспорядок во внешнем виде, тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в одежде, в причёске; закреплять умение подготавливать и убирать спортивный инвентарь к занятию.</p> <p><b>Безопасность:</b> развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. Закрепление правил безопасного поведения во время игр в разное время года.</p>
--------	---	---	---	--	--





