

«Согласовано»

на педагогическом совете

МОУ детский сад №45

Протокол от 31.08.2023 № 1

«Утверждено»

приказ от 31.08.2023 № 1 МОУ детский сад №45

Н.В. Евграфова

(подпись руководителя)



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

По реализации основной образовательной программы муниципального дошкольного образовательного учреждения

«Детский сад №45 Ворошиловского района Волгограда»
на 2023-2024 учебный год

- на основе ФГОС ДО (Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования)
- на основе ФОП ДО (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования" (Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)

Разработчик:

Инструктор по физической культуре: Колганова А.А.

| №п/п | СОДЕРЖАНИЕ | СТРАНИЦЫ |
|-------------|--|-----------------|
| 1 | ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ | 2 |
| 1.1 | Пояснительная записка | 2 |
| 1.2 | Принципы реализации программы | 3 |
| 1.3 | Цели и задачи программы | 4 |
| 1.4 | Возрастные особенности детей | 6 |
| 1.5 | Планируемые результаты реализации программы | 15 |
| 2 | СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | 20 |
| 2.1 | Содержание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области: «Физическое развитие» | 20 |
| 2.2 | Содержание работы по физическому развитию для детей от 3 до 4 лет | 26 |
| 2.3 | Содержание работы по физическому развитию для детей от 4 до 5 лет | 27 |
| 2.4 | Содержание работы по физическому развитию для детей от 5 до 6 лет | 30 |
| 2.5 | Содержание работы по физическому развитию для детей от 6 до 7 лет | 33 |
| 2.6 | Календарный план воспитательной работы | 38 |
| 2.7 | Комплексно-тематический план работы на 2023-2024 уч.год | 41 |
| 2.8 | План работы с родителями на 2023-2024 уч. год | 96 |

| | | |
|------------|---|-----|
| 3 | ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ | 100 |
| 3.1 | Психолого-педагогические условия реализации программы | 100 |
| 3.2 | Перечень программно-методического обеспечения | 102 |

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 45 Ворошиловского района Волгограда» осуществляет реализацию образовательной программы дошкольного образования.

Программа составлена для организации работы с детьми 3-7 лет возраста. Рабочая программа разработана с учётом методических рекомендаций авторского коллектива примерной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой и других. Срок реализации данной программы – 1 год

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана на основании ООП ДО ДОУ. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие». Настоящая Программа обеспечивает разностороннее развитие детей от 3 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям развития: социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-творческому и физическому. Она представляет собой модель процесса воспитания, развития и обучения детей, охватывающую все основные моменты их жизнедеятельности с учетом приоритетности видов детской деятельности в дошкольном возрасте.

Данная рабочая программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (приказ Министерства просвещения РФ № 1028 от 25 ноября 2022 года) Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства просвещения РФ № 1022 от 24 ноября 2022 года)
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17 октября 2013 года), с изменениями №31 от 21 января 2019 года.
- Пункт 5 Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных духовно-нравственных ценностей. Указ Президента РФ № 809 от 9 ноября 2022 года
- Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.
- Федеральный закон от 24 сентября 2022 н. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»
- Постановление Правительства Российской Федерации от 17 января 2023 г №33 «О внесении изменений в Положение о Всероссийском физкультурно- оздоровительном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»; Постановление №28 от 28 сентября 2020 года (СП 2.4.3648-20)
- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

- Постановление №2 от 28 января 2021 года (СанПиН 1.2.3685-21)

«Санитарные правила и нормы «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

- Рабочая программа соотнесена с основной образовательной программой муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 45 Ворошиловского района Волгограда», построенная на основе ФОП ДО и ФГОС ДО

1.2 ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- Программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральными государственными образовательными стандартами дошкольного образования: обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям русского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) 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);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

1.3 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

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

Данная программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определенными ФГОС:

1. соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
2. сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
3. соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности, позволяет решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»;
4. обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса физического образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей 3-7 лет;
5. строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
6. основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

7. предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

8. предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.

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

Задачи рабочей программы:

- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- создание атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;
- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
- творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса;
- вариативность использования образовательного материала; уважительное отношение к результатам детей; единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи;
- развитие физических качеств;

- формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитание полезных привычек, в том числе привычки к здоровому питанию;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности.

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

1.4 ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

Младший дошкольный возраст (3—4 года).

На рубеже трех лет любимым выражением ребенка становится «Я сам!» Отделение себя от вместе с тем желание быть как взрослый — характерное противоречие кризиса трех лет.

Эмоциональное развитие ребенка этого возраста характеризуется проявлениями таких чувств и эмоций, как любовь к близким, привязанность к воспитателю, доброжелательное отношение к окружающим, сверстникам. Ребенок способен к эмоциональной отзывчивости — он может сопереживать другому ребенку.

В младшем дошкольном возрасте поведение ребенка непроизвольно, действия и поступки ситуативны, их последствия ребенок чаще всего не представляет, нормативно развивающемуся ребенку свойственно ощущение безопасности, доверчиво-активное отношение к окружающему.

Дети 3—4-х лет усваивают элементарные нормы и правила поведения, связанные с определенными разрешениями и запретами («можно», «нужно», «нельзя»).

В 3 года ребенок идентифицирует себя с представителями своего пола. В этом возрасте дети дифференцируют других людей по полу, возрасту; распознают детей, взрослых, пожилых людей, как в реальной жизни, так и на иллюстрациях.

У развивающегося трехлетнего человека есть все возможности овладения навыками самообслуживания (становление предпосылок трудовой деятельности) — самостоятельно есть, одеваться, раздеваться, умываться, пользоваться носовым платком, расческой, полотенцем, отправлять свои естественные нужды. К концу четвертого года жизни младший дошкольник овладевает элементарной культурой поведения во время еды за столом и умывания в туалетной комнате. Подобные навыки основываются на определенном уровне развития двигательной сферы ребенка, одним из основных компонентов которого является уровень развития моторной координации.

В этот период высока потребность ребенка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребенок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.). Накапливается определенный запас представлений о разнообразных свойствах предметов, явлениях окружающей действительности и о себе самом. В этом возрасте у ребенка при правильно организованном развитии уже должны быть сформированы основные сенсорные эталоны. Он знаком с основными цветами (красный, желтый, синий, зеленый). Трехлетний ребенок способен выбрать основные формы предметов (круг, овал, квадрат, прямоугольник,

треугольник) по образцу, допуская иногда незначительные ошибки. Ему известны слова «больше», «меньше», и из двух предметов (палочек, кубиков, мячей и т. п.) он успешно выбирает больший или меньший. В 3 года дети практически осваивают пространство своей комнаты (квартиры), групповой комнаты в детском саду, двора, где гуляют и т. п. На основании опыта у них складываются некоторые пространственные представления (рядом, перед, на, под).

Внимание детей четвертого года жизни непроизвольно, однако его устойчивость зависит от интереса к деятельности. Обычно ребенок этого возраста может сосредоточиться в течение 10—15 минут, но привлекательное для него дело может длиться достаточно долго. Память детей непосредственна, непроизвольна и имеет яркую эмоциональную окраску. Дети сохраняют и воспроизводят только ту информацию, которая остается в их памяти без всяких внутренних усилий (понравившиеся стихи и песенки, 2—3 новых слова, рассмешивших или огорчивших его). Мышление трехлетнего ребенка является наглядно-действенным: малыш решает задачу путем непосредственного действия с предметами (складывание матрешки, пирамидки, мисочек, конструирование по образцу и т. п.). В 3 года воображение только начинает развиваться, и прежде всего это происходит в игре.

В младшем дошкольном возрасте ярко выражено стремление к деятельности. Взрослый для ребенка — носитель определенной общественной функции.

Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к развитию игры. Дети овладевают игровыми действиями с игрушками и предметами-заместителями, приобретают первичные умения ролевого поведения. Игра ребенка первой половины четвертого года жизни — это скорее игра рядом, чем вместе. В играх, возникающих по инициативе детей, отражаются умения, приобретенные в совместных со взрослым играх. Сюжеты игр простые, неразвернутые, содержащие одну-две роли. Неумение объяснить свои действия партнеру по игре, договориться с ним приводит к конфликтам, которые дети не в силах самостоятельно разрешить. Конфликты чаще всего возникают по поводу игрушек. Постепенно к четырем годам ребенок начинает согласовывать свои действия, договариваться в процессе совместных игр, использовать речевые формы вежливого общения. В 3—4 года ребенок начинает чаще и охотнее вступать в общение со сверстниками ради участия в общей игре или продуктивной деятельности. Однако ему все еще нужны

поддержка и внимание взрослого. Главным средством общения со взрослыми и сверстниками является речь. Словарь младшего дошкольника состоит в основном из слов, обозначающих предметы обихода, игрушки, близких ему людей.

Средний дошкольный возраст (4—5 лет).

Дети 4—5 лет все еще не осознают социальные нормы и правила поведения, однако у них уже начинают складываться обобщенные представления о том, как надо и не надо себя вести. Как правило, к пяти годам дети без напоминания взрослого здороваются и прощаются, говорят «спасибо» и «пожалуйста», не перебивают взрослого, вежливо обращаются к нему. Кроме того, они могут по собственной инициативе убирать игрушки, выполнять простые трудовые обязанности, доводить дело до конца. В этом возрасте у детей появляются представления о том, как положено себя вести девочкам и как — мальчикам. Дети хорошо выделяют несоответствие нормам и правилам не только в поведении другого, но и в своем собственном. Таким образом, поведение ребенка 4—5 лет не столь импульсивно и непосредственно, как в 3—4 года, хотя в некоторых ситуациях ему все еще требуется напоминание взрослого или сверстников о необходимости придерживаться тех или иных норм и правил. В этом возрасте детьми хорошо освоен алгоритм процессов умывания, одевания, купания, приема пищи, уборки помещения. К 4—5 годам ребенок способен элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания. Дети имеют дифференцированное представление о собственной гендерной принадлежности, аргументируют ее по ряду признаков («Я мальчик, я ношу брючки, а не платица, у меня короткая прическа»). К пяти годам дети имеют представления об особенностях наиболее распространенных мужских и женских профессий, о видах отдыха, специфике поведения в общении с другими людьми, об отдельных женских и мужских качествах.

К четырем годам основные трудности в поведении и общении ребенка с окружающими, которые были связаны с кризисом трех лет (упрямство, строптивость, конфликтность и др.), постепенно уходят в прошлое, и любознательный ребенок активно осваивает окружающий его мир предметов и вещей, мир человеческих отношений. Лучше всего это удается детям в игре. Дети 4—5 лет продолжают проигрывать действия с предметами, но теперь внешняя последовательность этих действий уже соответствует реальной действительности: ребенок сначала режет хлеб и только

потом ставит его на стол перед куклами (в раннем и в самом начале дошкольного возраста последовательность действий не имела для игры такого значения). В игре дети называют свои роли, понимают условность принятых ролей.

Происходит разделение игровых и реальных взаимоотношений. В 4—5 лет сверстники становятся для ребенка более привлекательными и предпочитаемыми партнерами по игре, чем взрослый.

В возрасте от 4 до 5 лет продолжается усвоение детьми общепринятых сенсорных эталонов, овладение способами их использования и совершенствование обследования предметов. К пяти годам дети, как правило, уже хорошо владеют представлениями об основных цветах, геометрических формах и отношениях величин. Ребенок уже может произвольно наблюдать, рассматривать и искать предметы в окружающем его пространстве. Восприятие в этом возрасте постепенно становится осмысленным, целенаправленным и анализирующим. В среднем дошкольном возрасте связь мышления и действий сохраняется, но уже не является такой непосредственной, как раньше. Во многих случаях не требуется практического манипулирования с объектом, но во всех случаях ребенку необходимо отчетливо воспринимать и наглядно представлять этот объект. Внимание становится все более устойчивым, в отличие от возраста трех лет (если ребенок пошел за мячом, то уже не будет отвлекаться на другие интересные предметы). Важным показателем развития внимания является то, что к пяти годам появляется действие по правилу — первый необходимый элемент произвольного внимания. Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в игры с правилами: настольные (лото, детское домино) и подвижные (прятки, салочки). В среднем дошкольном возрасте интенсивно развивается память ребенка. В 5 лет он может запомнить уже 5—6 предметов (из 10—15), изображенных на предъявляемых ему картинках. В возрасте 4—5 лет преобладает репродуктивное воображение, воссоздающее образы, которые описываются в стихах, рассказах взрослого, встречаются в мультфильмах и т. д. Элементы продуктивного воображения начинают складываться в игре. В этом возрасте происходит развитие инициативности и самостоятельности ребенка в общении со взрослыми и сверстниками. Дети продолжают сотрудничать со взрослыми в практических делах (совместные игры, поручения), наряду с этим активно стремятся к интеллектуальному общению, что проявляется в многочисленных вопросах (почему? Зачем? Для чего?), стремлении получить от взрослого новую информацию познавательного характера. Возможность устанавливать причинно-следственные связи отражается в детских ответах в форме сложноподчиненных предложений. У детей наблюдается потребность в уважении взрослых, их похвале, поэтому на замечания взрослых ребенок пятого

года жизни реагирует повышенной обидчивостью. Общение со сверстниками по-прежнему тесно переплетено с другими видами детской деятельности (игрой, трудом, продуктивной деятельностью), однако уже отмечаются и ситуации чистого общения. Для поддержания сотрудничества,

установления отношений в словаре детей появляются слова и выражения, отражающие нравственные представления: слова участия, сочувствия, сострадания. Стремясь привлечь внимание сверстника и удержать его в процессе речевого общения, ребенок учится использовать средства интонационной речевой выразительности: регулировать силу голоса, интонацию, ритм, темп речи в зависимости от ситуации общения. В процессе общения со взрослыми дети используют правила речевого этикета: слова приветствия, прощания, благодарности, вежливой просьбы, утешения, сопереживания и сочувствия. Речь становится более связной и последовательной. С нарастанием осознанности и произвольности поведения, постепенным усилением роли речи (взрослого и самого ребенка) в управлении поведением ребенка становится возможным решение более сложных задач в области безопасности. Но при этом взрослому следует учитывать несформированность волевых процессов, зависимость поведения ребенка от эмоций, доминирование эгоцентрической позиции в мышлении и поведении.

Старший дошкольный возраст (5—6 лет).

Ребенок 5—6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества, постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей. В этом возрасте в поведении дошкольников происходят качественные изменения — формируется возможность саморегуляции, дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так, они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, доводить до конца малопривлекательную работу (убирать игрушки, наводить порядок в комнате и т. п.). Это становится возможным благодаря осознанию детьми общепринятых норм и правил поведения и обязательности их в изменениях в представлениях ребенка о себе. Эти представления начинают включать не только характеристики, которыми ребенок наделяет себя настоящего в данный отрезок времени, но и качества, которыми он хотел бы или, наоборот, не хотел бы обладать в будущем («Я хочу быть таким, как Человек-Паук», «Я буду как принцесса» и т. п.). В них проявляются усваиваемые детьми этические нормы. В этом возрасте дети в значительной степени ориентированы на

сверстников, большую часть времени проводят с ними в совместных играх и беседах, их оценки и мнения становятся существенными для них. Повышается избирательность и устойчивость взаимоотношений с ровесниками. Свои предпочтения дети объясняют успешностью того или иного ребенка в игре. В этом возрасте дети имеют дифференцированное представление о своей гендерной принадлежности по существенным признакам (женские и мужские качества, особенности проявления чувств, эмоций, специфика гендерного поведения). Значительные изменения происходят в игровом взаимодействии, в котором существенное место начинает занимать совместное обсуждение правил игры. При распределении детьми этого возраста ролей для игры можно иногда наблюдать и попытки совместного решения проблем («Кто будет...»). Вместе с тем согласование действий, распределение обязанностей у детей чаще всего возникают еще по ходу самой игры. Усложняется игровое пространство. Игровые действия становятся разнообразными. Вне игры общение детей становится менее ситуативным. Они охотно рассказывают о том, что с ними произошло: где были, что видели и т. д. Дети внимательно слушают друг друга, эмоционально сопереживают рассказам друзей. Более совершенной становится крупная моторика. Ребенок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков — более порывистые, у девочек — мягкие, плавные, уравновешенные), в общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка. К пяти годам дети обладают довольно большим запасом представлений об окружающем, которые получают благодаря своей активности, стремлению задавать вопросы и экспериментировать. Ребенок этого возраста уже хорошо знает основные цвета и имеет представления об оттенках (например, может показать два оттенка одного цвета — светло-красный и темно-красный). Дети шестого года жизни могут рассказать, чем отличаются геометрические фигуры друг от друга. Для них не составит труда сопоставить между собой по величине большое количество предметов. Возрастает способность ребенка ориентироваться в пространстве. Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20—25 минут вместе со взрослым. Ребенок этого возраста уже способен действовать по правилу, которое задается взрослым. Объем памяти изменяется не существенно, улучшается ее устойчивость. При этом для запоминания дети уже могут использовать несложные приемы и средства.

В 5—6 лет ведущее значение приобретает наглядно-образное мышление, которое позволяет ребенку решать более сложные задачи с использованием обобщенных наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и представлений о свойствах различных предметов и явлений. Возраст 5—6 лет можно охарактеризовать как возраст овладения ребенком активным (продуктивным) воображением, которое начинает приобретать самостоятельность, отделяясь от практической деятельности и предваряя ее. Образы воображения значительно полнее и точнее воспроизводят действительность. Ребенок четко начинает различать действительное и вымышленное. Действия воображения — создание и воплощение замысла — начинают складываться первоначально в игре. Это проявляется в том, что прежде игры рождаются ее замысел и сюжет.

Ребенок на пороге школы (6—7 лет).

Ребенок обладает устойчивыми социально-нравственными чувствами и эмоциями, высоким самосознанием и осуществляет себя как субъект деятельности и поведения. Мотивационная сфера дошкольников 6—7 лет расширяется за счет развития таких социальных мотивов, как познавательные, просоциальные (побуждающие делать добро), самореализации. Поведение ребенка начинает регулироваться также его представлениями о том, что хорошо и что плохо. С развитием морально-нравственных представлений напрямую связана и возможность эмоционально оценивать свои поступки. Ребенок испытывает чувство удовлетворения, радости, когда поступает правильно, хорошо, и смущение, неловкость, когда нарушает правила, поступает плохо. Общая самооценка детей представляет собой глобальное, положительное недифференцированное отношение к себе, формирующееся под влиянием эмоционального отношения со стороны взрослых. К концу дошкольного возраста происходят существенные изменения в эмоциональной сфере. С одной стороны, у детей этого возраста более богатая эмоциональная жизнь, их эмоции глубоки и разнообразны по содержанию. С другой стороны, они более сдержанны и избирательны в эмоциональных проявлениях. К концу дошкольного возраста у них формируются обобщенные эмоциональные представления, что позволяет им предвосхищать последствия своих действий. Это существенно влияет на эффективность произвольной регуляции поведения — ребенок может не только отказаться от нежелательных действий или хорошо себя вести, но и выполнять неинтересное задание, если будет понимать, что полученные результаты принесут кому-то пользу, радость и т. п. Благодаря таким изменениям в эмоциональной сфере поведение дошкольника становится менее ситуативным и чаще

выстраивается с учетом интересов и потребностей других людей. Сложнее и богаче по содержанию становится общение ребенка со взрослым. Дошкольник внимательно слушает рассказы родителей о том, что у них произошло на работе, живо интересуется тем, как они познакомились, при встрече с незнакомыми людьми часто спрашивает, где они живут, есть ли у них дети, кем они работают и т. п.

Большую значимость для детей 6—7 лет приобретает общение между собой. Их избирательные отношения становятся устойчивыми, именно в этот период зарождается детская дружба. Дети продолжают активно сотрудничать, вместе с тем у них наблюдаются и конкурентные отношения — в общении и взаимодействии они стремятся в первую очередь проявить себя, привлечь внимание других к себе. Однако у них есть все возможности придать такому соперничеству продуктивный и конструктивный характер и избегать негативных форм поведения. К семи годам дети определяют перспективы взросления в соответствии с гендерной ролью, проявляют стремление к усвоению определенных способов поведения, ориентированных на выполнение будущих социальных ролей. К 6—7 годам ребенок уверенно владеет культурой самообслуживания и культурой здоровья. В играх дети 6—7 лет способны отражать достаточно сложные социальные события — рождение ребенка, свадьба, праздник, война и др. В игре может быть несколько центров, в каждом из которых отражается та или иная сюжетная линия. Дети этого возраста могут по ходу игры брать на себя две роли, переходя от исполнения одной к исполнению другой. Они могут вступать во взаимодействие с несколькими партнерами по игре, исполняя как главную, так и подчиненную роль. Продолжается дальнейшее развитие моторики ребенка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.

В возрасте 6—7 лет происходит расширение и углубление представлений детей о форме, цвете, величине предметов. Ребенок уже целенаправленно, последовательно обследует внешние особенности предметов. При этом он ориентируется не на единичные признаки, а на весь комплекс (цвет, форма,

величина и др.). К концу дошкольного возраста существенно увеличивается устойчивость непроизвольного внимания, что приводит к меньшей отвлекаемости детей. Сосредоточенность и длительность деятельности ребенка зависит от ее привлекательности для него.

Внимание мальчиков менее устойчиво. В 6—7 лет у детей увеличивается объем памяти, что позволяет им непроизвольно запоминать достаточно большой объем информации. Девочек отличает больший объем и устойчивость памяти. Воображение детей данного возраста становится, с одной стороны, богаче и оригинальнее, а с другой — более логичным и последовательным, оно уже не похоже на стихийное фантазирование детей младших возрастов. В этом возрасте продолжается развитие наглядно-образного мышления, которое позволяет ребенку решать более сложные задачи с использованием обобщенных наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и обобщенных представлений о свойствах различных предметов и явлений.

1.5 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

К четырем годам:

-ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

-ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

-ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

-ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о фактах, положительно влияющих на здоровье;

-ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения

Планируемые промежуточные результаты освоения рабочей программы детьми младшего дошкольного возраста:

К четырёхлетнему возрасту при успешном освоении РП достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребёнка.

К концу года ребёнок может:

Ходить прямо, сохраняя заданное направление.

Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием взрослого.

Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.

Ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.

Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40см.

Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5м, бросать мяч двумя руками от груди.

Из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на дальность – на расстояние не менее 5м.

Уметь выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии

К пяти годам:

-ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям(бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

-ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

-ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

-ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о фактах, положительно влияющих на здоровье;

-ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения **Планируемые промежуточные результаты освоения рабочей программы детьми младшего дошкольного возраста:**

К четырёхлетнему возрасту при успешном освоении РП достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребёнка.

К концу года ребёнок может:

Ходить прямо, сохраняя заданное направление.

Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием взрослого.

Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.

Ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.

Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40см.

Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5м, бросать мяч двумя руками от груди.

Из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на дальность – на расстояние не менее 5м.

Уметь выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии

К шести годам:

ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

-ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявлять творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

-ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

-ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих.

Планируемые промежуточные результаты освоения рабочей программы детьми старшего дошкольного возраста.

К шестилетнему возрасту при успешном освоении РП достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребёнка.

К концу года ребёнок может:

Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп. Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5м) с изменением темпа.

Прыгать на мягкое покрытие (высота 20см), прыгать в обозначенное место с высоты 30см, прыгать в длину с места (не менее 80см), с разбега (не менее 100см); в высоту с разбега (не менее 40см); прыгать через короткую и длинную скакалку. Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6м), владеть школой мяча.

Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие. Перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться в колонне, в шеренге, выполнять повороты направо, налево, кругом.

Знать исходное положение, последовательность выполнения ОРУ, понимать их оздоровительное значение.

Скользить по ледяным дорожкам, выполняя задание.

Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

Придумывать и выполнять имитационные и образные упражнения, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность, пластичность движений.

Планируемые результаты на этапе завершения освоения программы (к концу дошкольного детства):

у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;

-ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

-ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

-ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;

-ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

-ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

-ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

-ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям.

Планируемые промежуточные результаты освоения Программы детьми подготовительной группы.

К семи годам ребёнок проявляет инициативу и самостоятельность в игре, участвует в совместных играх, следует игровым правилам; обладает воображением, которое реализуется в разных видах деятельности и прежде всего в игре. Ребёнок владеет разными формами и видами игры.

Ребёнок достаточно хорошо владеет устной речью, может высказывать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения.

У ребёнка развита крупная и мелкая моторика.

Он подвижен, вынослив, владеет основными произвольными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими. Ребёнок способен к волевым усилиям.

Может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены. Способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Перед началом каждой темы (с целью создания интереса и мотивации) дети знакомятся с видом спорта изучаемой темы.

Вводная часть:

направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть:

(самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть:

выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания; игра малой подвижности.

Формы организации образовательной области «Физическая культура»:

Занятие тренировочного типа, которые направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др. Фронтальный способ:

Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ:

Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Групповой способ:

Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ:

Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Контрольно-проверочные занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость на 10 м с хода, прыжки в длину с места, метание мешочка вдаль, бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками и т.д)

Принципы организации занятий:

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

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

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

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

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

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

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

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

Методы и приемы обучения:

Наглядные: - наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физоборудования, зрительные ориентиры);

тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные: - объяснения, пояснения, вопросы к детям и поиск ответов; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция. - слушание музыкальных произведений;

указания; - подача команд, распоряжений,;

Практические: - выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями; - выполнение упражнений в игровой форме; - выполнение упражнений в соревновательной форме; - самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

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

| Младшая группа 1 | Средняя группа 2 | Старшая группа 3 | Подготовительная к школе группа 4 |
|--|--|---|---|
| Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного | Формировать правильную осанку. Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь | Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Продолжать формировать правильную осанку, умение | Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Закреплять умение соблюдать |

| | | | |
|--|---|--|---|
| <p>направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога .Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Развивать движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной активности. Закреплять навыки ползания, лазанья, разнообразные действия с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).Развивать умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.</p> | <p>носком. Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения. Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Развивать умение перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. 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. 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).Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу.</p> | <p>осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп .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. 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. 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. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.</p> | <p>заданный темп в ходьбе и беге. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. 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. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Упражнять в перелезании с пролета на пролет с гимнастической стенки по диагонали.</p> |
|--|---|--|---|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. | | |
|--|--|--|--|

Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

| Младшая группа 1 | Средняя группа 2 | Старшая группа 3 | Подготовительная к школе группа 4 |
|--|---|--|--|
| <p>Воспитывать желание выполнять физические упражнения на прогулке. Развивать стремление играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание). Формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).</p> | <p>Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках. Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год -</p> | <p>Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений. Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны. Проводить один раз в месяц физкультурные досуги продолжительностью 25-30 минут; два раза в год - физкультурные</p> | <p>Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол). Проводить один раз в месяц физкультурные досуги продолжительностью до 40 минут, два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью до 1 часа.</p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | <p>физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.</p> | <p>праздники длительностью до 1 часа. Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.</p> | |
|--|--|--|--|

2.2 Содержание работы по физическому развитию младшая группа для детей от 3 до 4 лет:

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений.

Основные движения

Ходьба. Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег и наоборот, с изменением направления, в рассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны. Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20-25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

Бег. Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30-40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25-30 см).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20-30 см; по гимнастической скамейке.

Подлезание под воротца, веревку (высота 30-40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.

Катание, бросание, метание. Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50-100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1-1,5 м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель - двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50-100 см.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур (линию); через две параллельные линии (10-30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15 см выше поднятой руки ребенка.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз-вверх.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ногу в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).

Подвижные игры

С ходьбой и бегом. «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмета

С ползанием. «Доползи до погремушки», «Проползти в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».

С бросанием и ловлей мяча. «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».

С подпрыгиванием. «Мой веселый звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

На ориентировку в пространстве. «Где звенит?», «Найди флажок».

Движение под музыку и пение. «Поезд», «Заинька», «Флажок».

2.3 Содержание работы по физическому развитию средняя группа для детей от 4 до 5 лет:

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

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. Бегна 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 или 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.

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).

Спортивные упражнения

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

Ходьба на лыжах. Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Проходить на лыжах до 500м.

Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево.

Подвижные игры

Сбегом. «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.

2.4 Содержание работы по физическому развитию старшая группа для детей от 5 до 6 лет:

Примерный перечень основных движений ,подвижных игр и упражнений

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 (бедро), 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 5-5,5 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, одна 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 через 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, по 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,

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.

Спортивные упражнения

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

Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом». «Подними», «Догонялки».

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3-4 фигуры. Выбивать городки с пол-уклона (2-3 м) и кона (5-6 м).

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,

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.

2.5 Содержание работы по физическому развитию подготовительная группа для детей от 6 до 7 лет:

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедро), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприсяде. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врасыпную. 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, построение в круг; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

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

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и 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 скрестно: 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.

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.

Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на велосипеде и самокате. Ездить на двух колесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4 - 5 фигур. Выбивать городки с полу уклона при наименьшем количестве бросков бит.

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 ит.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 (без коньков - на снегу, на траве). 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.

Элементы настольного тенниса. Правильно держать ракетку. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену. Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

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.

2.6 Календарный план воспитательной работы

| | |
|----------|--|
| Сентябрь | 1 сентября- День знаний 3 сентября- День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом 27 сентября- День воспитателя и всех дошкольных работников |
| Октябрь | 1 октября: Международный день пожилых людей, Международный день музыки 4 октября День защиты животных 5 октября- День учителя Третье воскресенье октября- День отца в России Последняя суббота октября – День гимнастики |
| Ноябрь | 4 ноября- День народного единства 8 ноября- День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России Последнее воскресенье ноября- День матери в России 30 ноября- День Государственного герба Российской Федерации |
| Декабрь | 3 декабря- День неизвестного солдата; Международный день инвалидов (рекомендуется включить в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно) 5 декабря день добровольца (волонтера) в России 8 декабря Международный день художника 9 декабря День Героев Отечества 10 декабря – День футбола 12 декабря День Конституции Российской Федерации 31 декабря- Новый год |
| Январь | 15 января – Всемирный день снега 10 января День санок |

| | |
|---------|--|
| Февраль | <p>2 февраля- День разгрома советскими войсками немецко- фашистских войск в Сталинградской битве (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)</p> <p>8 февраля День Российской науки</p> <p>15 февраля День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами отечества</p> <p>21 февраля- Международный день родного языка</p> <p>23 февраля День защитника Отечества</p> |
| Март | <p>8 марта- Международный женский день</p> <p>18 марта День воссоединения Крыма с Россией</p> <p>27 марта Всемирный день театра 12 апреля- День космонавтики</p> |
| Апрель | <p>6 апреля – Международный день спорта на благо развития и мира</p> |
| Май | <p>1 мая - Праздник весны и труда</p> <p>9 мая - День Победы</p> <p>19 мая - День детских общественных организаций в России</p> <p>24 мая - День славянской письменности и культуры</p> |
| Июнь | <p>1 июня - День защиты детей</p> <p>6 июня - День русского языка</p> <p>12 июня - День России</p> <p>22июня - День памяти и скорби</p> |
| Июль | <p>8 июля - День семьи, любви и верности 12 августа-</p> |
| Август | <p>День физкультурника</p> <p>22 августа - День государственного флага Российской Федерации 27 августа- День российского кино</p> |

| | | | |
|-------------------------|--|--|--|
| Физкультурные досуги | «Осенний спортивный праздник», « Самые любимые игры» «Мы самые быстрые и ловкие» «Эстафеты». «Красный, желтый, зеленый». «Спортивный праздник ко Дню 23 февраля» «Мой веселый звонкий мяч» «Олимпийские игры» | Октябрь Ноябрь Декабрь Январь. Февраль Март. Апрель. Май. | Инструктор по физкультуре |
| Физкультурные праздники | « Спортивная мозаика» | Апрель. | Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп |
| День здоровья | «Мы растем сильными и здоровыми» «Полезные для здоровья привычки» | Ноябрь. Апрель. | Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп |
| Каникулы | « Зима Волшебница». «Вот и лето к нам пришло» | Февраль. Июнь. | Все педагоги |

2.8 Комплексно – тематический план работы с детьми (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 | |
| Сентябрь | 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 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 o в а т ь с o с в е р с t н и к а м и | | | | | |
| | Тема | Занятия 1,2, | Занятия 4,5 | Занятия 7,8, | Занятия 10,11 | Социально-коммуникативная: создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений. |
| | | «До свидания лето, здравствуй, детский сад» | «Осень» | «Осень» | «Осень» | |
| | Задачи | П р и у ч а т ь д е т е й х о д и т ь и б е г а т ь н е б о л ь ш и м и г р у п п а м и з а в о с п и т а т е л е м . У ч и т ь х о д и т ь м е ж д у д в у м я | У ч и т ь х о д и т ь и б е г а т ь в с е й г р у п п о й в п р я м о м н а п р а в л e н и и з а в o c п и т a т e л e м ; п о д п р ы г и в а т ь н а д в у х н o г a x н a м e c t e . | О з н а к о м и т ь д е т е й с х o д ь б о й и б e г o м в к o л o n н e н e б o л ь ш и м и г р у п п a м и . У ч и т ь э н e р г и ч н o o т т a л к и в a т ь м я ч д в у м я р у к a m и . | У ч и т ь : х o д и т ь и б e г a т ь к o л o n н o й п o o d н o м у в c e м c o c t a в o м г р у п п ы ; п o д л e з a т ь п o d | |

| | | | | | | |
|--|--|---|------------------------------|--|--|--|
| | | линиями, сохраняя равновесие. Подвижная игра «Бегите ко мне» | Подвижная игра «Догони меня» | Подвижная игра «Мой веселый, звонкий мяч», | шнур. Подвижная игра «Найди свой домик» | |
|--|--|---|------------------------------|--|--|--|

| 1 | 2 | | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----------|---|---|---|---|--|--|
| Сентябрь | | | | малоподвижные игры «Найди мяч», «Надув мяч» | | Способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль. Речевое развитие: помогать детям доброжелательно общаться друг с другом |
| | | 3 занятие Повторить игровые упражнения с мячом -прокати мяч, броски вперед. Подвижная игра «Бегите ко мне» | 6 занятие Повторить игровые упражнения на равновесие- «Пойдем по мостику» (по дорожке) Подвижная игра «По ровненькой дорожке» | 9 занятие Повторить игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч» | 12 занятие Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал. | |
| 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 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 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 | | | | | |
| | Тема | Занятия 13,14, «Я и моя семья» | Занятия16,17, «Я и моя семья» | Занятия19,20, «Мой дом, мой город» | Занятия 22,23, Мой дом, мой город» | Социально-коммуникативная:воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей. |

| | | | | | | |
|--|--------|---|---|---|---|--|
| | Задачи | <p>У ч и т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить и бегать по кругу; – сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. <p>У п р а ж н я т ь в подпрыгивании</p> | <p>У ч и т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; – при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги. | <p>У ч и т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; – подлезать под шнур. <p>У п р а ж н я т ь в равновесии при ходьбе</p> | <p>З а к р е п л я т ь умение ходить и бегать по кругу.</p> <p>У ч и т ь энергичному отталкиванию мяча при прокатывании друг другу.</p> <p>У п р а ж н я т ь в ползании</p> | |
|--|--------|---|---|---|---|--|

| 1 | 2 | | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---------|---|---|--|---|--|--|
| Октябрь | | на двух ногах на месте. Подвижная игра «Поезд», малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?» | У п р а ж н я т ь в прокатывании мячей. Подвижная игра «У медведя во бору» | по уменьшенной площади. Подвижная игра «Бежать к флажку», малоподвижная игра «Угадай, чей голосок?» | на четвереньках. Подвижная игра «Мыши в кладовой» | Развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика. Учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила |
| | | 15- занятие: Повторить игровые упражнения «Мышки», «Цыплята»; с мячом – докати мяч до кубика. Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч». | 18- занятие: Повторить игровые упражнения «Пойдем по мостику», «Побежим по дорожке», «Попрыгаем, как зайки». Подвижная игра «Поезд». | 21- занятие: Повторить игровые упражнения: прыжки – «перепрыгнем канавку»; с мячом – «Докати до кегли», «Чей мяч дальше!» Подвижная игра «Поезд». | 24- занятие : Повторить игровые упражнения с мячом –«Прокати мяч по дорожке». Прыжки с продвижением вперед. Подвижная игра «Наседка и цыплята» | |
| 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 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): 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 25,26, : «Мой дом, мой город» | Занятия 28,29, : «Новогодний праздник» | Занятия 31,32, : «Новогодний праздник» | Занятия 34,35, : «Новогодний праздник» | Социально-коммуникативная: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания |

| | | | | | | |
|--|--------|---|---|--|---|-------------------|
| | Задачи | <p>У п р а ж н я т ь в ходьбе и беге.</p> <p>У ч и т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; – мягко приземляться в прыжках. | <p>У п р а ж н я т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе колонной по одному; – прыжках из обруча в обруч. <p>У ч и т ь приземляться на полусогнутые ноги.</p> <p>У п р а ж н я т ь в прокатывании</p> | <p>У п р а ж н я т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе колонной по одному; – ловить мяч, брошенный воспитателем, и бросать его назад; – ползать на четвереньках | <p>З а к р е п л я т ь умение подлезать под дугу на четвереньках.</p> <p>У п р а ж н я т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе по уменьшенной площади. <p>Подвижная игра «Найди свой</p> | <p>организма.</p> |
|--|--------|---|---|--|---|-------------------|

| 1 | 2 | | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---------|---|--|--|--|---|--|
| Ноябрь | | Подвижная игра «Мыши в кладовой», малоподвижная игра «Где спрятался мышонок?» | мяча. Подвижная игра «Трамвай» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «С гимнастической палкой» | | домик» | Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Речевое развитие: помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом |
| | | 27- занятие: Повторить игровые упражнения: лазание под шнур; с мячом - «Прокати и догони мяч»; равновесие – «Пробеги по мостику (по дорожке)». Подвижная игра «По ровненькой дорожке». | 30- занятие: Повторить игровые упражнения: равновесие – ходьба из обруча в обруч; прыжки – «Перепрыгни из ямки в ямку» Подвижная игра «Наседка и цыплята». | 33- занятие: Повторить игровые упражнения: прыжки до постройки (снеговика). Подвижная игра «Найди свой домик». | 36- занятие: Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал. | |
| Декабрь | 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 ит ия 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 1,2, «Новогодний праздник» | Занятия 4,5, «Новогодний праздник» | Занятия 7,8, «Новогодний праздник» | Занятия 10,11, «Новогодний праздник» | Социально-коммуникативная: дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. |
|--------|--|---|--|--|--|
| Задачи | <p>У ч и т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить и бегать врассыпную, используя всю площадь зала; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. <p>У п р а ж н я т ь в приземлении на полусогнутые ноги.</p> <p>Подвижная игра «Наседка и цыплята», малоподвижная игра «Лошадки»</p> | <p>У ч и т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить и бегать по кругу; – мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги. <p>У п р а ж н я т ь в прокатывании мяча.</p> <p>Подвижная игра «Поезд»</p> | <p>У ч и т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить и бегать врассыпную; – катать мяч друг другу, выдерживая направление; – подползать под дугу. <p>Подвижная игра «Птички и птенчики»</p> | <p>У ч и т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить и бегать по кругу; – подлезать под шнур, не касаясь руками; – сохранять равновесие при ходьбе по доске. <p>Подвижная игра «Воробьишки и кот», малоподвижная игра «Каравай»</p> | <p>Постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p>Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p> <p>Речевое развитие: развивать диалогическую форму речи</p> |
| | 3- занятие. Повторить игровые упражнения: подлезание - «Пролететь в норку» (мышки, | 6- занятие. Повторить игровые упражнения на равновесие «Пройди по мостику | 9- занятие. Повторить игровые упражнения: прыжки – спрыгивание снежного вала (высота 20 см.) | 12- занятие. Повторить игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «По ровненькой дорожке». | |

| | | | | | | |
|--------|--|---|--|---|---|---|
| | | котят, лисят); равновесие – «пройти по дорожке». Подвижная игра «Бегите ко мне». | (снежному валу)»; метание «попади снежком в корзину». Подвижная игра «Пузырь». | Подвижные игры с прыжками и бегом. | | |
| Январь | 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 e г p a ц и и o б p a з o в a т e л ь н ы х o б л a с т e й): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой | | | | | |
| | Тема | Занятия 13,14, «Зима» | Занятия16,17, «Зима» | Занятия19,20, «Зима» | Занятия 22,23, «Зима» | Социально-коммуникативная: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. |
| | Задачи | Познакомить: – с перестроением и ходьбой парами; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске. У п р а ж н я т ь в прыжках, продвигаясь вперед. Подвижная игра «Кролики» | У ч и т ь : – ходить и бегать врассыпную при спрыгивании; – мягкому приземлению на полусогнутые ноги; – прокатывать мяч вокруг предмета. Подвижные игры «Трамвай», | У п р а ж н я т ь : – в ходьбе парами и беге врассыпную; – прокатывать мяч друг другу; – подлезать под дугу, не касаясь руками пола. Подвижная игра «Найди свой цвет» | У п р а ж н я т ь : – в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; – подлезать под шнур, не касаясь руками пола. Ф о р м и р о в а т ь правильную осанку при ходьбе по доске. | Поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами, развивающие ловкость движений. |

| 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) | Подвижная игра «Мыши в кладовой» Пальчиковая гимнастика «Зима» (Мы во двор пошли гулять) | Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль. Речевое развитие: развивать инициативную речь детей во взаимодействиях со взрослыми и сверстниками |
| | | 15- занятие. Повторить игровые упражнения: ходьба по снежному валу. Подвижная игра с бегом и прыжками. | 18- занятие. Повторить игровые упражнения: прыжки – спрыгивание снежного вала (высота 20 см.); ходьбе по дорожке. Подвижная игра «Лохматый пес». | 21- занятие. Повторить игровые упражнения: прыжки продвигаясь вперед (до снеговика). Подвижная игра «Пузырь». | 24- занятие. Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал. | |
| 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 о г р а н и ч е н н о й п л о с к о с т и , 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 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 , п р о и з в о л ь н ы м с п о с о б о м , 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 к а т а т ь м я ч в з a д а н н о м н а п р а в л e н и и ; п р о я в л я e 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 e с к o y а к т и в н o c т и , г o т o в c o б л ю д а т ь э л e м e n т a p ь 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 д 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 25,26, «День защитника Отечества» | Занятия 28,29, «День защитника Отечества» | Занятия 31,32, «День защитника Отечества» | Занятия 34,35, «8 Марта» | Социально-коммуникативная: воспитывать бережное отношение к своему телу, своему |

| | | | | | | |
|--|--------|---|---|---|---|---|
| | Задачи | <p>У п р а ж н я т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе и беге врассыпную; – прыжках из обруча в обруч. <p>У ч и т ь ходить переменными шагами через шнур.</p> <p>Подвижная игра «Птички в гнздышке»</p> | <p>У п р а ж н я т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания; – прокатывании мяча друг другу. <p>У ч и т ь приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании.</p> | <p>У п р а ж н я т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе переменным шагом через шнуры; – беге врассыпную; – бросать мяч через шнур; – подлезать под шнуром, не касаясь руками пола. | <p>У п р а ж н я т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> – в ходьбе колонной по одному, выполняя задания; – беге врассыпную; – пролезать в обруч, не касаясь руками пола; – сохранять равновесие при | <p>здоровью, здоровью других детей.</p> <p>Развивать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила,</p> |
|--|--------|---|---|---|---|---|

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---------|--|--|---|--|--|
| Февраль | | Подвижная игра «Воробьишки и кот» | Подвижная игра «Найди свой цвет», малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Шаг с припаданием» | ходьбе по доске. Подвижная игра «Кролики» | поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Речевое развитие: формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого |
| | 27- занятие. Повторить игровые упражнения: подлезание, не касаясь руками земли (высота 40-50 см) –« мышки», «кролики»; ходьба по снежному валу. Подвижная игра «Поезд». | 30- занятие Повторить игровые упражнения: Равновесие, ходьба по снежному валу, прыжки с высоты (снежного вала, высота 15-20см). Подвижная игра «Найди свой цвет» | 33- занятие Повторить игровые упражнения: прыжки - из ямки в ямку, бросание снежков вдаль правой и левой рукой. Подвижная игра «Поймай снежинку». | 36- занятие Повторить игровые упражнения: с мячом – бросание снежков правой и левой рукой. Подвижная игра «Лягушки». | |
| 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 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 бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремлянке 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 1,2, «8 Марта» | Занятия 4,5, «Знакомство с народной культурой и традициями» | Занятия 7,8, «Знакомство с народной культурой и традициями» | Занятия 10,11, «Знакомство с народной культурой и традициями» | Социально-коммуникативная: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. |
| Задачи | У ч и т ь : – ходить и бегать по кругу; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади; – мягко приземляться в прыжках с продвижением вперед | У п р а ж н я т ь в ходьбе и беге парами и беге врассыпную. П о з н а к о м и т ь с прыжками в длину с места. У ч и т ь прокатывать мяч между предметами | У п р а ж н я т ь : – в ходьбе и беге по кругу; – ползании по скамейке на ладонях и коленях. У ч и т ь бросать мяч о землю и ловить двумя руками | У п р а ж н я т ь : – в ходьбе парами; – беге врассыпную; – ходьбе с перешагиванием через брусок. У ч и т ь правильному хвату руками за рейки при влезании | |

| 1 | 2 | | 3 | 4 | 5 | 6 |
|--------|---|---|---|--|--|---|
| Март | | | | | на наклонную лестницу. | Развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, формировать первичные гендерные представления. Речевое развитие: формировать потребность делиться своими впечатлениями с воспитателями и родителями |
| | | 3- занятие. Повторить игровые упражнения: метание-бросание шишек вдаль. Подвижная игра «Кролики». | 6- занятие. Повторить игровые упражнения: равновесие - ходьба по шнуру, лежащему прямо, ходьба по скамейке. Подвижная игра «Зайка серый умывается». | 9- занятие. Повторить игровые упражнения: прыжки с высоты, через шнуры. Подвижная игра «Лохматый пес». | 12- занятие. Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал. | |
| 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 разв и т и я 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 | | | | | |
| | Тема | Занятия 13,14, «Весна» | Занятия16,17, «Весна» | Занятия 19,20, «Весна» | Занятия 22,23, «День Победы» | Социально-коммуникативная: формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью. |
| | Задачи | У п р а ж н я т ь : | У п р а ж н я т ь : | У п р а ж н я т ь : | У п р а ж н я т ь : | Постепенно вводить игры с более сложными |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|---------------------------|
| | <p>– в ходьбе и беге с остановкой по сигналу;</p> <p>– сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре;</p> <p>– в прыжках в длину с места.</p> <p>Подвижная игра «Курочка - хохлатка»,</p> | <p>– ходить колонной по одному;</p> <p>– бегать врассыпную;</p> <p>– в прыжках с места.</p> <p>Продолжать учить приземляться одновременно на обе ноги, упражнять в бросании</p> | <p>– ходить и бегать врассыпную;</p> <p>– бросать мяч вверх и ловить его двумя руками;</p> <p>– ползать по доске.</p> <p>Подвижная игра «Мыши в кладовой», малоподвижная игра «Где спрятался</p> | <p>– в ходьбе и беге колонной по одному;</p> <p>– влезать на наклонную лесенку;</p> <p>– в ходьбе по доске, формируя правильную осанку.</p> <p>Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»</p> | <p>правилами и сменой</p> |
|--|--|---|--|--|---------------------------|

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|--------|---|--|--|--|--|
| Апрель | малоподвижная игра «Где цыпленок?» | мяча об пол. Подвижная игра «Найди свой цвет», малоподвижная игра «Пройди тихо» | мышонок?» | | видов движений, формировать уважительное отношение к окружающим. Речевое развитие: на основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей. Социально-коммуникативная: продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль |
| | 15 занятие. Повторить игровые упражнения: прыжки – перепрыгивание через шнур – «ручеек», «канавку», прыжки до кегли (кубика); метание – бросание шишек вдаль. Подвижная игра «Кролики». | 18 занятие. Повторить игровые упражнения: равновесие – ходьба по скамейке. Подвижная игра «Лягушки». | 21 занятие. Повторить игровые упражнения: равновесие – ходьба по скамейке с различными положениями рук. Подвижная игра «Мы топаем ногами». | 24 занятие. Повторить игровые упражнения: прыжки с продвижением вперед на двух ногах, прыжки через шнуры. Подвижная игра «Воробьишки и кот». | |
| 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 разв и т и я интег р а т и в н ы х кач е с т в р е б е н к а (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 25,26, «Лето» | Занятия 28,29, «Лето» | Занятия 31,32, «Лето» | Занятия 34,35, «Лето» | Социально-коммуникативная: воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей, формировать желание вести здоровый образ жизни. |
| | 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 | |

| 1 | 2 | | 3 | 4 | 5 | 6 |
|-----|---|---|---|---|---|--|
| Май | | <p>Подвижная игра «Мыши в кладовой», малоподвижная игра «Найди цыпленка»</p> | <p>Подвижная игра «Огуречик, огуречик...», малоподвижная игра «Угадай, кто позвал»</p> | <p>– ползании по скамейке на ладонях и коленях. Подвижная игра «Воробышки и кот»</p> | <p>на наклонную лесенку, не пропуская реек. Подвижная игра «Найди свой цвет», малоподвижная игра «Каравай»</p> | <p>Развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика. Речевое развитие: развивать диалогическую форму речи. Социально-коммуникативная: не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека</p> |
| | | <p>27 занятие. Повторить игровые упражнения: освоенные ими на физкультурных занятиях в течении года. Внимание уделяем игровым упражнениям с мячом. Подвижные игры по выбору педагога.</p> | <p>30 занятие. Повторить игровые упражнения: освоенные ими на физкультурных занятиях в течении года. Внимание уделяем игровым упражнениям с мячом. Подвижные игры по выбору педагога.</p> | <p>33 занятие. Повторить игровые упражнения: освоенные ими на физкультурных занятиях в течении года. Внимание уделяем игровым упражнениям с мячом. Подвижные игры по выбору педагога.</p> | <p>36 занятие. Повторить игровые упражнения: освоенные ими на физкультурных занятиях в течении года. Внимание уделяем игровым упражнениям с мячом. Подвижные игры по выбору педагога.</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 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 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 т в о в а т ь с о с в е р с т н и к а м и</p> | | | | |
| | Тема | Занятия 1,2, 3 на улице «День знаний» | Занятия 4,5, 6 на улице «Осень» | Занятия 7,8, 9- на улице. «Осень» | Занятия –10,11, 12- на улице. «Осень» |
| Задачи | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по 1; Учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; 3 -на улице: Упражнять в энергичном отталкивании 2-мя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании. <i>Подвижная игра «Найди себе пару»</i> | Учить: Энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх; 6 -на улице: Упражнять в прокатывании мяча <i>Подвижная игра «Самолеты», «Найди себе пару».</i> | Упражнять детей в ходьбе в колонне по 1, беге враспынную; В прокатывании мяча, лазанье под шнур. 9- на улице: Упражнять в обход предметов; повторить подбрасывание и ловлю мяча 2-мя руками; упражнять в прыжках. <i>Подвижная игра «Огуречик»</i> | У ч и т ь : -детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; -закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; – подлезать под шнур. <i>Подвижная игра «У медведя во бору»</i> 12-на улице: Разучить перебрасывание мячей друг другу; Упражнять в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> -«перебрось-поймай», -«успей поймать», -«вдоль дорожки» <i>Подвижная игра «Огуречик».</i> | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

| | | | | | | |
|----------|--|---|---|---|---|--|
| Сентябрь | | | | «Мяч через сетку», «Кто быстрее добежит до кубика», Подбрось-поймай», «Воробушки и кот». Игровой самомассаж: «Массаж головы» | | Способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль. Речевое развитие: Помогать детям доброжелательно общаться друг с другом |
| 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 a д a n н o м н a п р a в л e н и и , б р o с a т ь м я ч д в у м я р у к a м и , п р o я в л я е т п o л o ж и т е л ь н ы е э м o ц и и п р и ф и з и ч e с к o y а к т и в н o с т и , o т к л и к a e т с я н a э м o ц и и б л и з к и х л ю д e й и д р у з ь e y , д e л a e т п o п ы т к и п o ж a л e т ь с в e р с т н и к a , o б н я т ь e g o , п o м o ч ь , и м e e т п o л o ж и т e л ь н ы й н a c т р o й н a c o б л ю д e н и e э л e м e n т a р н ы х п р a в и л п o в e д e н и я в д e т c k o м c a д y | | | | | |
| | Тема | Занятия 13,14, 15- на улице. «Я в мире человек» | Занятия 16,17, 18-на улице. «Я в мире человек» | Занятия 19,20, 21-на улице. «Я в мире человек» | Занятия 22,23, 24-на улице. «Мой, город моя страна» | Социально-коммуникативная: Развитие умения заботиться о своем здоровье. 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 продвижением вперед. <i>Подвижная игра</i> «Кот и мыши» 15- на улице: Упражнять в перебрасывании мяча через сетку | 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. <i>Подвижная игра</i> «Автомобили» 18-на улице: Упражнять в ходьбе с | У п р а ж н я т ь в х o д ь б e к o л o н н o y п o 1 , р a з в и в а т ь г л a з o м e р и р и т м и ч н o c т ь п р и п e р e ш a г и в a н и и ч e р e з б р y c k и ; - в п р o к a т ы в a н и и м я ч a в п р я m o м н a п р a в л e н и и , в л a з a н ь e п o d д y г y . <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору», <i>малоподвижная игра</i> «Угадай, где спрятано?» 21-на улице: | У п р а ж н я т ь в х o д ь б e и б e г e k o л o n n o y п o 1 , в p a c c ы п н y ю ; П o в т o р и т ь л a z a n ь e п o d д y г y , н e к a c a я c ь p y k a m и п o л a ; У п р a ж н я т ь в c o х р a n e н и и p a в н o в e c и я п р и х o д ь б e н a y м e н ь ш e n н o y п л o щ a d и o п o p ы . <i>Подвижная игра</i> «Кот и мыши» <i>малоподвижная игра</i> «Угадай, кто позвал?» 24-на улице: У п р a ж н я т ь в б р o c a n и и м я ч a в k o р з и n y , п o в т o р и т ь x o д ь б y и б e г k o л o n n o y п o 1 . <i>Игровые упражнения:</i> - «Подбрось-поймай», «Мяч в корзину», «Кто скорее по дорожке», | П o б у ж д a т ь д e т e й к y б o р k e c п o р т и в н o g o и n в e n т a р я и p a c c a n o в k e п р и п р o в e д e н и и з a n я т и я . Р a з в и т и e н a б л ю д a т e л ь н o c т и , y м e н и я o р i e n т и р o в a т ь c я в п o м e щ e н и и н a y ч a c т k e д e т c k o g o c a d a . |

| | | | | | | |
|--|--|---|---|---|---|--|
| | | <p><i>Игровые упражнения:</i> «мяч через шнур», «кто быстрее доберется до кегли» <i>Подвижная игра</i> «найди свой цвет».</p> | <p>выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее», «Подбрось-поймай», <i>Подвижная игра</i> «ловишки».</p> | <p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед. <i>Игровые упражнения</i> «Прокати - не урони», «Вдоль дорожки» <i>подвижная игра</i> «Цветные автомобили».</p> | <p>-« Правила Дорожного Движения» Игра «Светофор». <i>Подвижная игра</i> «Лошадки».</p> | |
|--|--|---|---|---|---|--|

| | | | | | | |
|--------|--|--|---|--|--|---|
| 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 разв и т и я интег р а т и в н ы х кач е с т в р е б е н к а (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</p> | | | | | |
| | Тема | Занятия 25,26, 27-на улице: «Мой, город моя страна» | Занятия 28,29, 30-на улице: «Новый год» | Занятия 31,32, 33-на улице: «Новогодний праздник» | Занятия 34,35, 36-на улице: «Новогодний праздник» | Социально-коммуникативная: Продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма; |
| | Задачи | Упражнять: в ходьбе и беге между предметами, -в прыжках на 2 ногах, Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на | Упражнять: в ходьбе и беге по кругу, – на носках, - в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, - в прокатывании мяча. <i>Подвижная игра</i> «Самолет» | Упражнять: – в ходьбе и беге с изменением направления, - бросках мяча о землю и ловля его 2-мя руками, -ползание на четвереньках. <i>Подвижная игра</i> «Лиса и куры» | Упражнять: в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, - в ползании на животе по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Цветные автомобили» 36-на улице: Упражнять в ходьбе и беге по кругу, | Развивать умение заботиться о своем здоровье. Развитие у дошкольников интереса к различным видам игр, побуждение к активной деятельности. Совершенствовать умение самостоятельно одеваться и раздеваться (деятельность – физическая культура), аккуратно складывать свою одежду, помогать в расстановке и уборке спортивного инвентаря. Развивать самостоятельность и творчество |

Ноябрь

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | <p>повышенной опоре. <i>Подвижная игра</i> «Салки», <i>малоподвижная игра</i> «Найди и промолчи» 27-на улице: Упражнять - в ходьбе и беге с изменением направления движения; - ходьбе и беге «змейкой» между предметами, - в сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. <i>Игровые упражнения:</i> «Не попадись», «Поймай мяч» <i>Подвижная игра</i> «Кролики».</p> | <p>«Найди себе пару» 30-на улице: Повторить ходьбу с выполнением заданий, бег с перешагиванием. <i>Игровые упражнения:</i> «не попадись», «Догони мяч», <i>Подвижная игра</i> «Найди себе пару».</p> | <p>33-на улице: Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; - в прыжках и беге с ускорением. Игровые упражнения «Не задень», «Передай мяч» «Догони пару»</p> | <p>- в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «пингвины», «Кто дальше бросит» <i>Подвижная игра</i> «самолеты».</p> | <p>при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Речевое развитие: Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p> |
|--|--|--|--|--|--|

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 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, 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.</p> | | | | | |
| <p>Тема</p> | <p>Занятия 1,2, 3-на улице. «Новогодний праздник»</p> | <p>Занятия 4,5, 6- на улице. «Новогодний праздник»</p> | <p>Занятия 7,8, 9- на улице. «Новогодний праздник»</p> | <p>Занятия –10,11, 12- на улице. «Новогодний праздник»</p> | <p>Социально-коммуникативная: Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при</p> |

| | | | | | |
|--------|---|--|--|---|--|
| | | | | | ушибах, травме. |
| Задачи | <p>Развивать внимание при выполнении заданий в ходьбе и беге;</p> <p>-ловкость и координацию движений в прыжках через препятствия.</p> <p>Упражнять - в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Лиса и куры», <i>малоподвижная игра</i> «Найдем цыпленка» 3-на улице.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Веселые снежинки», «Кто быстрее к пирамиде», «Кто дальше бросит»</p> | <p>Упражнять в перестроение в пары на месте, - в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги,</p> <p>Развивать - глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору» 6- на улице.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге, высоко поднимая колени, в прыжках с повышенной поверхности.</p> <p>Игровые упражнения: «Лошадки», «Цыплята прыгают с заборчика»</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Найди пару»</p> | <p>Упражнять - в ходьбе колонной по 1,</p> <p>Развивать -ловкость и глазомер при перебрасывании мячей друг другу,</p> <p>Повторить ползание на четвереньках.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Зайцы и волк», <i>Малоподвижная игра</i> «Где спрятался зайка» 9- на улице.</p> <p>Повторить ходьбу и бег между предметами, прыжки через бруски на 2 ногах (выс. 6 см), броски мяча вверх одной рукой и ловля его 2-мя руками.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Через кочки», «Подбрось-поймай», <i>подвижная игра</i> «Птички и кошка»</p> | <p>Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге;</p> <p>Учить -правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе,</p> <p>Повторить упражнения в равновесии.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Птички и кошка» 12- на улице.</p> <p>Упражнять в прокатывании мяча по дорожке между предметами, в равновесии-ходьба боком приставным шагом по повышенной поверхности. <i>Подвижная игра</i> «Автомобили» <i>Игра малой подвижности</i> «Найди и промолчи»</p> | <p>Формирование в процессе игры соблюдать правила культурного поведения. Развивать умение подбирать предметы и атрибуты для игры.</p> <p>Продолжать формировать стремление помогать воспитателю в расстановке и уборке спорт - инвентаря.</p> <p>Познавательное развитие: Развитие пространственных направлений – двигаться по заданию воспитателя.</p> <p>Речевое развитие: Формирование умения доброжелательно общаться со сверстниками.</p> <p>Художественно – эстетическое развитие: Развитие умение выполнять ходьбу и бег в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p> |

| | | | | | | |
|--------|---|---|---|--|---|---|
| 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 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</p> | | | | | |
| | Тема | Занятия 13,14, 15-на улице. «Зима» | Занятия 16,17, 18-на улице. «Зима» | Занятия 19,20, 21-на улице. «Зима» | Занятия 22,23, 24-на улице. «Зима» | Социально-коммуникативная: Организация и проведение различных подвижных игр, воспитание опрятности и привычки следить за своим внешним видом, расширение представлений о важности для здоровья различных физических движений и упражнений. |
| | Задачи | <p>Упражнять - в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, - в равновесии при ходьбе на уменьшенной площади опоры, -в прыжках. <i>Подвижная игра «Кролики» Игра малой подвижности «Найдем кролика»</i> 15-на улице. Упражнять в лазание в обруч, не касаясь руками, в равновесии – ходьба по повышенной поверхности парами навстречу друг другу по середине разойтись, помогая</p> | <p>Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, В прыжках и перебрасывании мячей друг другу. <i>Подвижная игра « Найди себе пару»</i> 18-на улице. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, прыжках с повышенной поверхности на полусогнутые ноги, прокатывании мячей друг другу клюшкой. <i>Подвижная игра «Зайцы и волк»</i></p> | <p>Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Подвижная игра « Лошадки»</i> 21-на улице. Упражнять в прыжках между предметами, в прокатывании мячей между предметами, в бросании мяча вверх и о землю и ловля его 2-мя руками. <i>Подвижная игра «Цветные автомобили»</i></p> | <p>Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен, В равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра «Автомобили»</i> 24-на улице. Упражнять в ползании по повышенной площади с опорой на ладони и ступни «медвежата», в ведении мяча клюшкой. <i>Подвижная игра «Кот и мыши»</i> Пальчиковая гимнастика «Зима» (Мы во двор пошли гулять)</p> | <p>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. Поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. Познавательное развитие: Развитие умение определять пространственные направления – вперед-назад, влево - вправо, вверх-вниз. Художественно – эстетическое развитие: Развивать умение выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. Речевое развитие: Развитие свободного общения со взрослыми и детьми.</p> |

| | | | | | | |
|---------|--|--|--|--|---|---|
| | | друг другу, в прыжках из кружка в кружок. <i>Подвижная игра «Лошадки»</i> | | | | |
| 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 о 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 о щ а д и о п о 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 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 м е ж д у п р e д м e т a m и , н e з a д e в a я и x , п р o и з в o л ь н ы м с п o c o б o м , э н e р г и ч н o o т г a л к и в a e т с 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 e т с я н a п o л y c o г н у т ы e н o g и , м o ж e т к a т a т ь м я ч в з a д a н н o м н a п р a в л e н и и , м e ж д у п р e d m e t a m 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 а к 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 д 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 25,26, 27-на улице. «День защитника Отечества» | Занятия 28,29, 30-на улице «День защитника Отечества» | Занятия 31,32, 33-на улице «День защитника Отечества» | Занятия 34,35, 36-на улице «8 Марта» | Социально-коммуникативная: Продолжать работу по укреплению здоровья детей. Социализация: совершенствовать умение объединяться в игре, поступать в соответствии с правилами игры. Поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. |
| | Задачи | Упражнять в ходьбе и беге между предметами, В равновесии, В прыжках. <i>Подвижная игра «Котят и щенята»</i> 27-на улице. Упражнять в лазании под веревку (выс 40 см от земли) прямо и боком, В прыжках на 2 ногах с продвижением вперед между предметами (3 м) <i>Подвижная игра</i> | Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя, в прыжках из обруча в обруч, Развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. <i>Подвижная игра «У медведя во бору»</i> 30-на улице Повторить игровые | Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную между предметами, В ловле мяча 2-мя руками, В ползании на четвереньках <i>Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»</i> 33-на улице Упражнять в метании на дальность. Игровые упражнения: «Кто дальше бросит», «Найдем | Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, В ползании в прямом направлении, в прыжках между предметами. <i>Подвижная игра «Перелет птиц»</i> 36-на улице Развивать ловкость и глазомер при метании мешочков. Игровые упражнения: «Точно в цель», «Туннель», Подвижная игра «Мороз – Красный Нос» <i>Малоподвижная игра «Найдем зайку»</i> | Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. Познавательное развитие: Развитие сенсорики. Речевое развитие: Совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. Художественно – эстетическое развитие: Развитие музыкального слуха – выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. |

| | | | | | | |
|------|--|---|---|---|---|--|
| | | «Самолеты» | упражнения с бегом и прыжками. <i>Игровые упражнения</i> «Покружись» Кто дальше бросит» <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору» | снегурочку», <i>Подвижная игра</i> «Мороз Красный Нос» | | |
| | <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 интег р а т и в н ы х кач е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е интег 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 е н и я х , м е ж д у п р е д м е т а м и , л а з а т ь п о г и м н а с т и ч е с к о й л е с т н и ц е п р о и з в о л ь н ы м с п о с о б о м , 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 и м я г к о п р и з е м л я т ь с я н а п о л у с о г н у т ы е н о г и , п р ы г а е т в д л и н у с м е с т а , м о ж е т к а т а т ь м я ч в п р я m о м н а п р а в л e н и и , с в о е м у н а п а р н и к у , у д а р я т ь м я ч о м о б п o л 2 - м я р у к а м и , o d n o й и л o в и т ь 2 - м я р у к а m и ; п р о я в л я е т п o л o ж и т е л ь н ы е э м o ц и и в с а м o с т 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 с т и , и м e e т э л e м e n t a p ь n ы e п р e d c t a в л e н и я o ц e n н o c t и з d o p o в ь я , y м e e т д e й c t в o в a t 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 n e н и я x , c o г л a c o в ы в a t ь d в и ж e n и я в c o o t в e c t в и и c t e m п o m и p и t m o m м у з ы к и .</p> | | | | | |
| Март | Тема | Занятия 1,2, 3-на улице. «8 Марта» | Занятия 4,5, 6-на улице. «Знакомство с народной культурой и традициями» | Занятия 7,8, 9-на улице. «Знакомство с народной культурой и традициями» | Занятия 10,11, 12-на улице. «Знакомство с народной культурой и традициями» | Социально-коммуникативная: Осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Расширение представлений о важности для здоровья сна, движений. |
| | Задачи | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную, В равновесии и прыжках. Подвижная игра «Перелет птиц» 3-на улице. | Упражнять - в ходьбе с выполнением заданий воспитателя по команде, - в прыжках в длину с места, В бросании мячей через сетку. Подвижная игра «Бездомный заяц» | 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. | У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге враспынную, -с остановкой по сигналу воспитателя, -ползание по скамейке «по-медвежьи», - в равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Охотник и зайцы» <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем зайку» | Продолжать развивать интерес к различным видам игр, формировать умение соблюдать правила культурного поведения в играх. Развивать умение ориентироваться в зале, на физкультурной площадке; соблюдать правила безопасного поведения во время непосредственно образовательной деятельности. Продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спорт инвентаря. Познавательное развитие: Продолжать сенсорное развитие детей во время |

| | | | | | | |
|--------|--|--|--|--|--|--|
| | | <p>Развивать ловкость и глазомер, Упражнять в беге; Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Ловишки», «Быстрые и ловкие», «сбей кеглю»</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Зайка беленький»</p> <p><i>Игра малой подвижности</i> «Найдем зайку»</p> | <p>6-на улице. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, -с выполнением задания. Повторить- прокатывание мяча между предметами.</p> <p><i>Игровые упражнения</i> «Подбрось-поймай», «Прокати- не задень»</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Лошадка»</p> <p><i>Малоподвижная игра</i> «Угадай, кто кричит?»</p> | <p>Подвижная игра «Самолеты».</p> <p>9-на улице. Упражнять детей в беге на выносливость, - в ходьбе и беге между предметами, -в прыжках на одной ноге попеременно.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «На одной ножке вдоль дорожки», «Брось через веревочку»</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Самолеты»</p> | <p>12-на улице. Упражнять в ходьбе попеременно широким и коротким шагом, - с мячом, - в равновесии и в прыжках.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Перепрыгни через ручеек», «Бег по дорожке», «Ловкие ребята»</p> | <p>непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных.</p> <p>Речевое развитие: Продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности.</p> <p>Художественно – эстетическое развитие: Совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p> |
| Апрель | <p>Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, выполняя различные задания по сигналу воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, на повышенной площади опоры, может бросать мяч и ловить двумя руками, отбивать мяч о землю одной рукой – ловить 2-мя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, знает предметы ближайшего окружения, ориентируется в пространстве зала и физкультурной площадки.</p> | | | | | |
| | Тема | Занятия 13,14, 15 на улице. «Весна» | Занятия 16,17, 18 на улице. «Весна» | Занятия 19,20, 21 на улице. «Весна» | Занятия 22,23, 24 на улице. «День Победы» | <p>Социально-коммуникативная: Развивать умение заботиться о своем здоровье, воспитание потребности быть здоровым.</p> <p>Знакомство с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.</p> |
| | Задачи | Упражнять - в ходьбе и беге колонной по | Упражнять - в ходьбе и беге по кругу, | Упражнять – в ходьбе с выполнением | Упражнять: в ходьбе и беге вращательную, | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|---|
| | | <p>одному, врассыпную; - в равновесии и в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Пробеги тихо». 15 на улице. Упражнять в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне, - в прокатывании обручей, - в упражнениях с мячами. <i>Игровые упражнения:</i> «Прокати и поймай», «Сбей булаву», <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору».</p> | <p>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 на улице. Повторить ходьбу и бег; Упражнения в прыжках и подлезание. <i>Игровые упражнения:</i> «По дорожке», «Не задень» <i>Подвижная игра</i> «Воробушки и автомобиль» <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем воробушка».</p> | <p>задания по сигналу воспитателя, - в ползании на четвереньках. Развивать - ловкость и глазомер при метании на дальность. <i>Подвижная игра</i> «Совушка» 21 на улице. Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, - в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер. <i>Игровые упражнения:</i> «Успей поймать», «Подбрось-поймай», <i>Подвижная игра</i> «Догони пару»</p> | <p>- в равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Птички и кошка» 24 на улице. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, - в равновесии, - в перебрасывании мяча. <i>Игровые упражнения:</i> «Пробеги – не задень», «Накинь кольцо», «Мяч через сетку» <i>Подвижная игра</i> «Догони пару». Пальчиковая гимнастика «Дикие животные»</p> | <p>Поддерживать интерес к различным видам игр, к самостоятельному выполнению правил в играх, развитие творческих способностей в играх. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. Художественно – эстетическое развитие: Упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p> |
|--|--|--|--|--|---|---|

| | |
|-----|--|
| Май | <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 g p a ц и и o б p a з o в a т e л ь н ы х o б л a c т e й): у м e e т б e г a т ь , c o x p a н я я р a в н o в e c и e , и з м e н я я н a п p a в л e н и e , т e м п б e г a в c o o т в e т c т в и и c y к a з a н и я м и в o c п и т a т e л я , м o ж e т п o л з a т ь н a ч e т в e р e н ь к a x м e ж д у п р e д м e т a м и , н e з a д e в a я и x , н a п o в ы ш e н н o й п л o щ a д и o п o p ы , л a з a т ь п o г и м н a c т и ч e c k o й л e c т н и ц e c п e р e x o д o м c o д н o г o п p o л e т a н a д p y г o y p a з л и ч н ы м c п o c o б o м (o d н o и м e н н ы й , p a з н o и м e н н ы й), к a т a т ь м я ч в з a д a н н o м н a п p a в л e н и и , д p y г д p y г y , б p o c a т ь e г o д в y м я p y к a м и , y д a p a т ь o б п o л , б p o c a т ь e г o в в e p x 3–4 p a з a п o d p я д и л o в и т ь ; o т б и в a т ь м я ч п p a в o y и л e в o y p y к o y н e м e н e e 5 p a з п o d p я д , п p 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 p и ф и з и ч e c k o y a к т и в н o c т и , в c a м o c т o я т e л ь н o y д в и г a т e л ь н o y д e я т e л ь н o c т и , д o б p o ж e л a т e л ь н o c т ь , д p y ж e л y б и e п o o т н o ш e н и ю к o k p y ж a ю щ и м .</p> |
|-----|--|

| | | | | | |
|--------|--|--|---|--|--|
| Тема | Занятия 25,26, 27 на улице. «День Победы» | Занятия 28,29, 30 на улице. «Лето» | Занятия 31,32, 33 на улице. «Лето» | Занятия 34,35, 36 на улице. «Лето» | Социально-коммуникативная: Продолжать формировать представление о составляющих здорового образа жизни, о значении физических упражнений для организма человека. |
| Задачи | <p>Упражнять – в ходьбе парами, -в сохранении устойчивого равновесия по уменьшенной площади опоры, - в прыжках в длину с места.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Котятя щенята». 27 на улице.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками,</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Достань до мяча», «Перепрыгни через ручеек», «Пробеги- не задень»,</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Совушка»</p> | <p>Упражнять – повторить ходьбу со сменой ведущего,</p> <p>Упражнять - в прыжках в длину с места ,</p> <p>Развивать ловкость в упражнении с мячом.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Котятя и щенята» 30 на улице.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя, -ходьбе и беге по кругу.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> « Попади в корзину», «Подбрось-поймай»,</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Удочка»</p> | <p>Упражнять – в ходьбе с высоким подниманием колена, -беге враспынную,</p> <p>В ползании по скамейке на животе,</p> <p>В метании предметов в вертикальную цель.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Зайцы и волк»,</p> <p><i>Малоподвижная игра</i> «Найдем зайца» 33 на улице.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге парами, закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Не урони», «Не задень», «Бегом по дорожке»</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Пробеги тихо»</p> | <p>Упражнять – в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры прыжках,</p> <p>Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору» 36 на улице.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения, - в подбрасывании и ловле мяча,</p> <p>Повторить игры с мячом, прыжками и бегом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Подбрось- поймай», «Кто быстрее по дорожке»,</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Самолеты»</p> | <p>Продолжать развитие игровой деятельности детей, приобщение к элементарным нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.</p> <p>Речевое развитие: Развивать диалогическую форму речи.</p> <p>Социально-коммуникативная: Развитие знаний о правилах безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.</p> |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|--|
| | | | | <i>Малоподвижная игра «Кто ушел?»</i> | | |
|--|--|--|--|---|--|--|

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): у м е е т с л е г к о с т ь ю в ы п о л н я т ь х о д ь б у и б е г , э н е р г и ч н о о т т а л к и в а я с ь о т о п о р ы , п о д б р а с ы в а т ь и л о в и т ь м я ч о д н о й р у к о й , о т б и в а т ь е г о о п о л п р а в о й л е в о й р у к о й н а м е с т е и в д в и ж е н и и , у м е е т п р а в и л ь н о о т т а л к и в а т ь с я и п р и з е м л я т ь с я в з a в и с и м о с т и o т в и д а п р ы ж к а .</p> | | | | |
| | Тема | Занятия 1,2, 3-на улице. «Осень» | Занятия 4,5, 6- на улице. «Осень» | Занятия 7,8, 9-на улице. «Осень» | Занятия –10,11, 12- на улице. «Осень» |
| Задачи | <p><i>Упражнять</i> детей – в ходьбе и беге колонной по 1; - враспынную, - в сохранении устойчивого равновесия, - в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча. <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» 3 -на улице: Упражнять в построении в колонны, В равновесии и прыжках. <i>Игровые упражнения</i></p> | <p><i>Повторить</i> ходьбу и бег между предметами; <i>Упражнять</i> - в ходьбе на носках, Развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета), - ловкость в бросках мяча вверх. <i>Подвижная игра</i> «Фигуры» 6* -на улице: Повторить ходьбу и бег между предметами, враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя,</p> | <p><i>Упражнять</i> - 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. 9- на улице: <i>Развивать</i> ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по</p> | <p><i>Разучить</i> ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя, - пролезание в обруч боком, не задевая его за край, <i>Повторить</i> упражнения в равновесии и в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Мы веселые ребята» 12 -на улице: Упражнять - в беге на длинную дистанцию, - в прыжках, Повторить задания с</p> | |

| | | | | | | |
|---------|--|--|---|--|--|--|
| | | «Пингвины», «Не промахнись», «По мостику», Подвижная игра «Ловишки» <i>Малоподвижная игра «У кого мяч?»</i> | упражнения в прыжках. Развивать ловкость в беге; Разучить игровые упражнения с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Передай мяч», «Не задень», Подвижная игра «Мы веселые ребята» <i>Малоподвижная игра «Найди и промолчи»</i> | уменьшенной площади опоры. <i>Подвижная игра «Удочка».</i> | мячом, развивая ловкость и глазомер. <i>Игровые упражнения</i> «Поймай мяч», «Будь ловким», «Найди свой цвет» | переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами. Социально-коммуникативная: 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. |
| 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 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 а , в ы п o л н я e т з а м а х ; п e р e б р а с ы в а e т м я ч и з р a z 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 s и в o , п o d м ы з ы к у . | | | | | |
| | Тема | Занятия 13,14, 15- на улице. «Я вырасту здоровым» | Занятия 16,17, 18-на улице. «Я вырасту здоровым» | Занятия 19,20, 21-на улице. «День народного единства» | Занятия 22,23, 24-на улице. «День народного единства» | Социально-коммуникативная: Расширение представлений об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Формирование потребности в здоровом образе жизни. Формирование элементарных представлений о здоровом образе жизни, о полезных и вредных привычках. Развитие стремления заботиться о своем здоровье. Поощрение самостоятельной организации детьми знакомых подвижных игр, участия в играх с элементами соревнований. Речевое развитие: Развитие свободного общения со взрослыми и детьми. Художественно – эстетическое развитие: Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движения с музыкальным сопровождением. |
| | Задачи | <i>Повторить</i> ходьбу с высоким подниманием колен, <i>Упражнять</i> в равновесии, Перебрасывании мячей в шеренгах. <i>Подвижная игра «Пожарные на учении»</i> 15- на улице: Повторить бег; Игровые упражнения с мячом, в равновесии, в | <i>Упражнять</i> - в ходьбе с изменением направления движения, Бег между предметами, Повторить прыжки попеременно на правой и на левой ноге с продвижением вперед, В ползании по гимнастической скамейке, | <i>Упражнять</i> в ходьбе с изменением темпа движения, - в беге между предметами, в равновесии, <i>Повторить</i> упражнения с мячом. <i>Подвижная игра «Удочка».</i> 21-на улице: Упражнять в беге, развивая выносливость, в | <i>Повторить</i> ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя, <i>Упражнять</i> в равновесии и в прыжках. <i>Подвижная игра «Пожарные на учении»</i> <i>Малоподвижная игра «У кого мяч?»</i> 24-на улице: Повторить бег с преодолением | |

| | | | | | | |
|--|--|---|---|--|---|--|
| | | <p>прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «мяч о стенку», «Поймай мяч», «Не задень», <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» <i>Малоподвижная игра</i> «Угадай, чей голосок»</p> | <p>В ведении мяча между предметами. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» 18-на улице: Повторить бег с перешагиванием через предметы <i>Развивать</i> координацию движений, ловкость, <i>Упражнять</i> в беге. <i>Игровые упражнения</i> «Мяч водящему», «По мостику», <i>Подвижная игра</i> «Ловишки с ленточками»</p> | <p>перебрасывании мяча в шеренгах. <i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками и бегом. <i>Игровые упражнения:</i> «Перебрось и поймай», «Перепрыгни- не задень» «Ловишки парами» <i>Малоподвижная игра</i> «Летает- не летает»</p> | <p>препятствий, Игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч о стенку» <i>Подвижная игра</i> «Ловишки- перебежки», «Удочка».</p> | |
|--|--|---|---|--|---|--|

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | |
|--------|--|---|--|--|--|---|
| | <p>Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): 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> | | | | | |
| | Тема | Занятия 25,26, 27-на улице: «День народного единства» | Занятия 28,29, 30-на улице: «Новый год» | Занятия31,32, 33-на улице: «Новый год» | Занятия 34,35, 36-на улице: «Новый год» | Социально-коммуникативная: Формировать умение характеризовать свое самочувствие в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Поощрять самостоятельную организацию детьми знакомых подвижных игр, участие в играх с элементами соревнований. Поощрение проявления честности, справедливости в играх. Развитие стремления заботиться о своем здоровье, развивать умение прислушиваться к своему организму, соблюдать элементарные правила заботы о нем. |
| Ноябрь | Задачи | <i>Повторить</i> ходьбу с высоким подниманием колен, <i>Упражнять</i> в равновесии, Перебрасывание мячей в шеренгах. <i>Подвижная игра</i> «Пожарные на учении» 27-на улице: Повторить бег; Игровые упражнения с мячом, в равновесии, в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «мяч о стенку», «Поймай мяч», «Не задень», <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» <i>Малоподвижная игра</i> «Угадай, | <i>Упражнять</i> - в ходьбе с изменением направления движения, Бег между предметами, Повторить прыжки попеременно на правой и на левой ноге с продвижением вперед, В ползании по гимнастической скамейке, В ведении мяча между предметами. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» 30-на улице: Повторить бег с перешагиванием через предметы <i>Развивать</i> -координацию | <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». 33-на улице: Упражнять в беге, развивая выносливость в перебрасывании мяча в шеренгах. <i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками и бегом. <i>Игровые упражнения:</i> «Перебрось и поймай», «Перепрыгни - не | <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» <i>Малоподвижная игра</i> «У кого мяч?» 36-на улице: <i>Повторить</i> бег с преодолением препятствий, Игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч о стенку» <i>Подвижная игра:</i> «Ловишки-перебежки», | |
| Ноябрь | | | | | | |

| | | | | | | |
|---------|--|--|---|---|--|---|
| | | чей голосок» | движений, ловкость, <i>Упражнять</i> в беге. <i>Игровые упражнения</i> «Мяч водящему», «По мостику», <i>Подвижная игра</i> «Ловишки с ленточками» | задень» «Ловишки парами» <i>Малоподвижная игра</i> «Летает - не летает» | «Удочка». | |
| Декабрь | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): 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 1,2, 3-на улице. «Новый год» | Занятия 4,5, 6- на улице. «Новый год» | Занятия 7,8, 9- на улице. «Новый год» | Занятия 10,11, 12- на улице. «Новый год» | Социально-коммуникативная: Знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского движения, с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале. Воспитание дружеских взаимоотношений между детьми в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Речевое развитие: Формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать, объяснять. Художественно – эстетическое развитие: Развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением. |
| | Задачи | <i>Упражнять</i> - в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга, <i>Разучить</i> ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия, <i>Повторить</i> - перебрасывание мяча. <i>Подвижная игра</i> «Ловишки с ленточками» | <i>Упражнять</i> в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; <i>Повторить</i> прыжки попеременно на правой и на левой ноге, продвигаясь вперед, <i>Упражнять</i> в ползании и переброске мяча. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» <i>Малоподвижная игра</i> «У кого мяч?» | <i>Упражнять</i> в ходьбе и беге в рассыпную, <i>Закреплять</i> умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; <i>Повторить</i> ползание по гимнастической скамейке; <i>Упражнять</i> в сохранении устойчивого равновесия. <i>Подвижная игра</i> «Охотники и зайцы» | <i>Упражнять</i> - в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, - в беге в рассыпную, - в лазанье по гимнастической стенке, - в равновесии и в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса» 12- на улице. Разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. | |

| | | | | | | |
|--------|---|--|--|---|---|---|
| | | <p><i>Малоподвижная игра «Сделай фигуру»</i> 3-на улице. Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, <i>Упражнять</i> в метании предметов на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто дальше бросит?» «Не задень», <i>Подвижная игра</i> «Мороз Красный Нос»</p> | <p>6- на улице. Повторить ходьбу и бег между предметами, <i>Упражнять</i> в прыжках с продвижением вперед до предмета, в метании предметов на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Метко в цель», «Кто быстрее?» (прыжки) «Пройдем по мостику» <i>Подвижная игра</i> «Мороз Красный Нос» <i>Малоподвижная игра</i> «Найди, где спрятано»</p> | <p><i>Малоподвижная игра</i> «Летает-не летает» 9- на улице. <i>Упражнять</i> в ходьбе по гимнастической скамейке с различными положениями для рук, В перепрыгивании через предметы. <i>Игровые упражнения:</i> «По мостику», «Через веревочку», «В ворота» <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса»</p> | <p><i>Игровые упражнения:</i> «Ведение шайбы между предметами» «Точный пас» <i>Подвижная игра</i> «Мы веселые ребята» «Мороз Красный Нос» <i>Малоподвижная игра</i> «Найди, где спрятано»</p> | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | |
| Январь | <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): в ы п o л н я e т х o д ь б у и б e г м e ж д у п р e д м e т а м и, н e з а д e в а я и x; в ы п o л н я e т л а з а н ь e п o г и м н а с т и ч e с к o й с т e н к e, н e п р o п у с к а я р e e k; п р и н и м а e т a к т и в н o e у ч а с т и e в п o д в и ж н ы х и г р а х и и г р a x - c o р e в н o в а н и я х, c т р e м и т ь c я к c a м o c т o я т e л ь н o й o р г a н и з a ц и и и г р.</p> | | | | | |
| | Тема | Занятия 13,14, 15-на улице. «Зима» | Занятия 16,17, 18-на улице. «Зима» | Занятия 19,20, 21-на улице. «Зима» | Занятия 22,23, 24-на улице. «Зима» | Социально-коммуникативная: Поощрение самостоятельной организации дошкольниками подвижных игр, выполнения спортивных упражнений. |
| | Задачи | <i>Упражнять</i> | <i>Повторить</i> ходьбу | <i>Повторить</i> ходьбу | <i>Повторить</i> | Продолжать развитие игровой деятельности; |

| | | | | | |
|--|---|--|---|---|---|
| | <p>- в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, - в прыжках с ноги на ногу, - в забрасывании мяча в кольцо; <i>Формировать</i> - устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. <i>Подвижная игра</i> «Медведи и пчелы» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i> 15-на улице. Повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; с мячом и кеглями. <i>Игровые упражнения</i> - ведение шайбы между предметами, -передача шайбы на клюшку друг другу, - «Сбей кеглю» <i>Подвижная игра</i></p> | <p>и бег по кругу; <i>Разучить</i> прыжок в длину с места; <i>Упражнять</i> в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. <i>Подвижная игра</i> «Совушка» 18-на улице. Повторить игровые упражнения с бегом и мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее» «Пробеги – не задень» <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем зайца»</p> | <p>и бег между предметами, <i>Упражнять</i> в перебрасывании мячей друг другу, <i>Повторить</i> задание в равновесии. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» 21-на улице. Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием предметов на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Пробеги - не задень», «Кто дальше бросит» <i>Подвижная игра</i> «Мороз Красный Нос»</p> | <p>ходьбу и бег по кругу, <i>Упражнения</i> в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса» 24-на улице. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками; <i>Игровые упражнения</i> «По местам», «Пробеги – не задень» «Кто быстрее» -</p> | <p>приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками. Поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. Познавательное развитие: Развитие умение определять пространственные направления – вперед-назад, влево-вправо, вверх-вниз. Художественно – эстетическое развитие: Развивать умение выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. Речевое развитие: Развитие свободного общения со взрослыми и детьми.</p> |
|--|---|--|---|---|---|

| | | | | | | |
|---------|--|--|---|---|--|---|
| | | «Ловишки парами» | | | | |
| Февраль | <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 непрерывный бег до 1,5 мин; выполняет ходьбу и бег, не наталкиваясь друг на друга: умеет лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек; принимает активное участие в играх, играх-соревнованиях, стремиться к самостоятельной организации подвижной игры; имеет представление о Российской Армии.</p> | | | | | |
| | Тема | Занятия 25,26, 27-на улице. «День защитника Отечества» | Занятия 28,29, 30-на улице «День защитника Отечества» | Занятия 31,32, 33-на улице «День защитника Отечества» | Занятия 34,35, 36-на улице «Международный женский день» | Социально-коммуникативная: Продолжать работу по укреплению здоровья детей. Расширение представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности. Поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. Познавательное развитие: Развитие сенсорики. Речевое развитие: Совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. Художественно – эстетическое развитие: Развитие музыкального слуха – выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. |
| | Задачи | <p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге в рассыпную, В беге до 1 мин, В сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре, <i>Повторить</i> упражнения в прыжках и забрасывании мяча в кольцо. <i>Подвижная игра</i> «Охотники и зайцы» 27-на улице. <i>Повторить</i> игровые упражнения с шайбой; повторить лазанье по повышенной опоре.</p> | <p><i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки, Ходьбу и бег в рассыпную; <i>Закреплять</i> навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках, <i>Упражнять</i> в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» 30-на улице <i>Упражнять</i> в метании предметов на дальность, Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. <i>Игровые</i></p> | <p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами, <i>Разучить</i> метание в вертикальную цель; <i>Упражнять</i> в лазанье под палку и перешагивании через нее. <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» 33-на улице Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками; метание предметов в цель и на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Точно в круг» «Кто дальше» <i>Подвижная игра</i></p> | <p><i>Упражнять</i> в непрерывном беге, В лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек, В сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре, <i>Повторить</i> задания в прыжках и с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Гуси-лебеди» 36-на улице Построение в шеренгу, перестроение в колонну по 1; ходьба с выполнением заданий. <i>Игровые упражнения:</i></p> | |

| | | | | | | |
|------|---|---|--|---|--|---|
| | | Игровые упражнения: «Проведи- не задень» «Точный пас друг другу» «Кто выше» <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» | <i>упражнения:</i> «Кто дальше» «Кто быстрее» <i>Малоподвижная игра</i> «Найди, где спрятано» | «Ловишки» | «Кто быстрее» «Не попадись» «По мостику» <i>Подвижная игра</i> «Ловишки-перебежки» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i> | |
| 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 1,2, 3-на улице. «Международный женский день» | Занятия 4,5, 6-на улице. «Народная культура и традиции» | Занятия 7,8, 9-на улице. «Народная культура и традиции» | Занятия 10,11, 12-на улице. «Народная культура и традиции» | Социально-коммуникативная: Осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Расширение представлений о важности для здоровья сна, движений. |
| | Задачи | <i>Упражнять</i> детей - в ходьбе колонной по 1, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; - в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. <i>Разучить</i> ходьбу по канату с предметом на голове; <i>Подвижная игра</i> | <i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения, в рассыпную; <i>Разучить</i> прыжок в высоту с разбега; <i>Упражнять</i> в метании мешочков в цель, В ползании между предметами. <i>Подвижная игра</i> «Медведи и пчелы» 6-на улице. Повторить бег в | <i>Повторить</i> ходьбу со сменой темпа движения; <i>Упражнять</i> в ползании по гимнастической скамейке, Равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Стоп» 9-на улице. Упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании; <i>Повторить</i> игровые | <i>Упражнять</i> в ходьбе с перестроением в колонны по 2 в движении; В метании в горизонтальную цель; В лазанье, в равновесии. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» 12-на улице. Упражнять в беге на скорость; <i>Разучить</i> | Поощрение организации детьми знакомых подвижных игр, участия в играх с элементами соревнования. Развивать умение ориентироваться в зале, на физкультурной площадке; соблюдать правила безопасного поведения во время непосредственно образовательной деятельности. Продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спорт инвентаря. Познавательное развитие: Продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных. Речевое развитие: Продолжать формировать умение доброжелательно общаться со |

| | | | | | | |
|--------|---|---|--|--|--|---|
| | | <p>«Пожарные на учении <i>Эстафета</i> с большим мячом «Мяч водящему. 3-на улице. Повторить игровые упражнения с бегом; <i>Упражнять</i> в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер. <i>Игровые упражнения:</i> «Пас точно на клюшку», «Проведи – не задень» <i>Подвижная игра</i> «Горелки» <i>Малоподвижная игра</i> «Летает- не летает»«Зима» (Мы во двор пошли гулять)</p> | <p>чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Ловкие ребята», «Кто быстрее» <i>Подвижная игра</i> «Карусель» <i>Игра малой подвижности по выбору детей.</i></p> | <p>упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Канатоходец», «Удочка» -игровое упражнение с прыжками <i>Эстафета с мячом</i> «Быстро передай» <i>Игра малой подвижности</i> «Угадай по голосу»</p> | <p>упражнение с прокатыванием мяча; <i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Прокати – сбей», «Пробеги – не задень» <i>Подвижная игра</i> «Удочка» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i></p> | <p>сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности. Художественно – эстетическое развитие: 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> | | | | | |

| | | | | | | |
|--------|--------|--|---|--|--|--|
| Апрель | Тема | Занятия 13,14, 15 на улице. «Весна» | Занятия 16,17, 18 на улице. «Весна» | Занятия 19,20, 21 на улице. «День Победы» | Занятия 22,23, 24 на улице. «День Победы» | Социально - коммуникативная: Развивать умение заботиться о своем здоровье, воспитание потребности быть здоровым. Знакомство с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. Поддерживать интерес к различным видам игр,. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. Художественно – эстетическое развитие: Упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки. |
| | Задачи | <p><i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу; <i>Упражнять</i> в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; В прыжках и метании. <i>Подвижная игра</i> «Медведь и пчелы» 15 на улице. Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; Повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом.</p> | <p><i>Повторить</i> ходьбу и бег между предметами; <i>Разучить</i> прыжки с короткой скакалкой, <i>Упражнять</i> в прокатывании обручей. <i>Подвижная игра</i> «Стоп» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i> 18 на улице. Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; <i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками и мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Пройди – не задень», «Догони обруч», «Перебрось и поймай» <i>Эстафета с прыжками</i> «Кто быстрее до флажка»</p> | <p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге колонной по 1 с остановкой по команде воспитателя; <i>Повторить</i> метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; <i>Упражнять</i> в ползании и сохранении устойчивого равновесия. <i>Подвижная игра</i> «Удочка» 21 на улице. Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее», «Мяч в кругу» <i>Подвижная игра</i> «Карусель»</p> | <p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами; <i>Закреплять</i> навыки лазанья на гимнастическую стенку; <i>Упражнять</i> в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Горелки» <i>Малоподвижная игра</i> «Угадай, чей голосок?» 24 на улице. Упражнять в беге на скорость; <i>Повторить</i> игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии. <i>Игровые упражнения:</i> «Сбей кеглю», «Пробеги – не задень», «С кочки на кочку».</p> | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|---|--|--|
| | | | <i>Малоподвижная игра «Кто ушел?»</i> | | | |
| | <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 х о д ь б у и б е г л е г к о и р и т м и ч н о, с о х р а н я я п р а в и л ь н у ю о с а н к у, н а п р а в л е н и е и т е м п; в ы п о л н я е т у п р а ж н е н и я н а с т а т и ч е с к о е и д и н а м и ч е с к о е р а в н о в е с и е; в ы п о л н я е т п е р е с т р о е н и я, п о в о р о т ы; у ч а с т в у е т в у п р а ж н e н и я х с э л e м e н т а м и с п o р т и в н ы х и г р.</p> | | | | | |
| | Тема | Занятия 25,26, 27 на улице. «День Победы» | Занятия 28,29, 30 на улице. «Лето» | Занятия 31,32, 33 на улице. «Лето» | Занятия 34,35, 36 на улице. «Лето» | Социально - коммуникативная: Расширять представления о здоровом образе жизни, о значении выполнения физических упражнений. |
| Май | 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><i>Повторить</i> упражнения в прыжках и с мячом.</p> <p><i>Подвижная игра «Мышеловка»</i></p> <p><i>Малоподвижная игра «Что изменилось»</i></p> <p>27 на улице.</p> <p><i>Упражнять</i> в беге с высоким подниманием бедра;</p> | <p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге колонной по 1 с перешагиванием через предметы; В перебрасывании мяча.</p> <p><i>Разучить</i> прыжок в длину с разбега,</p> <p><i>Подвижная игра «Не оставайся на полу»</i></p> <p><i>Малоподвижная игра «Найди и промолчи»</i></p> <p>30 на улице.</p> <p><i>Развивать</i> выносливость в непрерывном беге;</p> <p><i>Упражнять</i> в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер;</p> <p><i>Повторить</i> игровые</p> | <p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами колонной по 1 и в рассыпную,</p> <p><i>Развивать</i> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом;</p> <p><i>Повторить</i> упражнения в равновесии и с обручем.</p> <p><i>Подвижная игра «Пожарные на учении»</i></p> <p>33 на улице.</p> <p>Повторить бег на скорость;</p> <p>Игровые упражнения с мячом, в прыжках.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i></p> | <p><i>Повторить</i> ходьбу с изменением темпа движения;</p> <p>Прыжки между предметами.</p> <p><i>Развивать</i> навык ползания по гимнастической скамейке, лежа на животе.</p> <p><i>Подвижная игра «Караси и щука»</i></p> <p>36 на улице.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге с изменением темпа движения; в игровых упражнениях с мячом.</p> <p><i>игровые упражнения:</i></p> <p>«Мяч водящему»,</p> <p><i>Эстафета с мячом</i></p> <p>«Передача мяча в</p> | <p>Продолжать приобщать к общепринятым правилам и нормам поведения со сверстниками и со взрослыми.</p> <p>Продолжать приобщать детей к занятию спортом и закаливанию, развитие стремление заботиться о своем здоровье.</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|---|--|--|
| | <p><i>Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом.</i></p> <p><i>Игровые упражнения:</i></p> <p>«Проведи мяч», «Пас друг другу», «Отбей волан»</p> <p><i>Подвижная игра</i></p> <p>«Гуси-лебеди»</p> | <p>упражнения с мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i></p> <p>«Прокати – не урони», «Кто быстрее» «Забрось в кольцо»</p> <p><i>Подвижная игра</i></p> <p>«Совушка»</p> | <p>«Кто быстрее», «Ловкие ребята»</p> <p><i>Подвижная игра</i></p> <p>«Мышеловка»</p> <p><i>Эстафета с мячом.</i></p> | <p>колонне» (двумя руками назад)</p> <p><i>Подвижная игра</i></p> <p>«Не оставайся на земле»</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>Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): 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> | | | | |
| | <p>Тема</p> <p>Занятия 1,2, 3-на улице. «День знаний»</p> <p>Задачи</p> <p>Упражнять в беге колонной по 1, в умении переходить с бега на ходьбу; В сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоры. Развивать точность движений при переброске мяча. Подвижная игра «Ловишки» 3 на улице Упражнять в равномерном беге и беге с ускорением;</p> | <p>Занятия 4,5, 6- на улице. «Осень»</p> <p>Упражнять в равномерном беге с соблюдением дистанции, Развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета, Повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. Подвижная игра«Ловишка» Малоподвижная игра«Летает – не летает!»</p> | <p>Занятия 7,8, 9- на улице. «Осень»</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов, Развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие, Повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке. 9 на улице - Упражнять в чередовании</p> | <p>Занятия –10,11, 12- на улице. «Осень»</p> <p>Упражнять 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. Повторить прыжки через шнуры. 12 на улице Повторить ходьбу и бег по сигналу</p> | <p>Социально - коммуникативная: Формировать привычку следить за опрятностью одежды, расширение представлений о составляющих здорового образа жизни (движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формирование умения согласовывать свои действия с действиями партнеров, соблюдать в игре ролевые взаимодействия и взаимоотношения. Воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычки сообща заниматься. Развивать умение доводить начатое до конца. Побуждать и поощрять за подготовку и уборку спортивного инвентаря. Познавательное развитие: Совершенствование глазомера в процессе непосредственно организованной деятельности. Речевое развитие: Развитие свободного общения со взрослыми и детьми. Художественно – эстетическое развитие: Развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или</p> |

| | | | | | | |
|---------|---|--|---|---|---|---|
| | | Знакомить с прокатыванием обручей, Повторить прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед Игровые упражнения: «Ловкие ребята», «Пингвины», «Догони свою пару» Подвижная игра «Вершки и корешки» | 6 на улице Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу Игровые упражнения: «Быстро встань в колонну!» «Прокати обруч» Подвижная игра «Совушка» Малоподвижная игра «Великаны и гномы» | ходьбы и бега, Развивать быстроту и точность движения при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами. Игровые упражнения: «Быстро передай», «Пройди -не задень» Подвижная игра «Совушка» Малоподвижная игра «Летает –не летает» | воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом. Игровые упражнения: «Прыжки по кругу», «Проведи мяч», «Круговая лапта» Игра «Фигуры» | медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами. Социально - коммуникативная: 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. |
| 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 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): 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 13,14, 15-на улице. «Мой город, моя страна, моя планета» | Занятия16,17, 18-на улице. «Мой город, моя страна, моя планета» | Занятия19,20, 21-на улице. «День народного единства» | Занятия 22,23, 24-на улице. «День народного единства» | Социально - коммуникативная: Обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего дня в ходе подвижных, спортивных и народных игр. Развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении норм и правил поведения. Развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. Речевое развитие: Побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности. |
| | Задачи | Закреплять навык ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре | Упражнять в ходьбе с изменением направления движения по сигналу, Отрабатыватьнавык к приземления на | Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, Повторить упражнение в ведении мяча, ползании, | Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения, Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|---|
| | | <p>и прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. Подвижная игра «Перелет птиц» 15- на улице. Упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом, Повторить задания с прыжками. Игровые упражнения: «Перебрось – поймай» «Не попадись» «Фигуры»</p> | <p>полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; Развивать координацию движений в упражнениях с мячом. Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра «Эхо» 18-на улице. Повторить бег в среднем темпе до 1,5 мин; развивать точность броска, Упражнять в прыжках. Игровые упражнения: «Кто самый меткий», «Перепрыгни – не задень» Подвижная игра «Совушка».</p> | <p>упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Подвижная игра «Удочка» малоподвижная игра «Летает – не летает» 21-на улице. Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом. Игровые упражнения: «Успей выбежать», «Мяч водящему» Подвижная игра «не попадись»</p> | <p>заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре. Подвижная игра «Удочка» 24-на улице. Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; Упражнять в прыжках и переброске мяча. Игровые упражнения «Лягушки», «Не попадись» Подвижная игра «Ловишки с ленточками» Игра «Эхо»</p> | <p>Художественно – эстетическое развитие: Организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыкальное сопровождение.</p> |
|--|--|--|--|--|---|---|

| | | | | | | |
|---------|--|---|--|---|---|---|
| | | игровые упражнения с мячом и прыжками. Игровые упражнения: «Мяч о стенку», «Будь ловким» Подвижная игра «Мышеловка» Малоподвижная игра «Затейники» | мячом и в прыжках. Игровые упражнения: «Передача мяча по кругу», «Не задень» Подвижная игра «Не оставайся на полу» Игра«Затейники»» | Игровые упражнения: «Переброска мячей», Подвижная игра «По местам» | на правой и левой ноге, огибая предметы, упражнять в выполнении заданий с мячом. Игровые упражнения: «Передай мяч», «С кочки на кочку» Подвижная игра «Хитрая лиса» Малоподвижная игра по выбору детей. | |
| Декабрь | 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 ц e н и в а e т к а ч e с т в o u п r a 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 т; у м e e т р e ш a т ь c п o р н ы e в o п р o c c y в п p o c e c c e д в и г a т e л ь н o й д e я т e л ь н o c т и, п p o я в л я e т в з a и м o в ы p y ч k y. | | | | | |
| | Тема | Занятия 1,2, 3-на улице. «Новый год» | Занятия 4,5, 6- на улице. «Новый год» | Занятия 7,8, 9- на улице. «Новый год» | Занятия 10,11, 12- на улице. «Новый год» | Социально - коммуникативная: Развитие творчества, самостоятельности, инициативы в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развитие инициативы, организаторских способностей, умения действовать в команде. Речевое развитие: 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. Художественно – эстетическое развитие: Развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением. |
| Задачи | Упражнять в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; В сохранении устойчивого равновесия при ходьбе в усложненной ситуации. Развивать | Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно, Повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом. | Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением, Упражнять в перебрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер, Упражнять в ползании на животе, в | Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону, Упражнять в ползании по скамейке «помедвежьи», Повторить упражнения в прыжках и на равновесие. Подвижная игра | | |

| | | | | | | |
|--------|---|--|---|--|--|--|
| | | ловкость в упражнениях с мячом. Подвижная игра «Хитрая лиса» 3-на улице. Повторить ходьбу в колонне по 1 с остановкой по сигналу воспитателя, Упражнять в продолжительном беге до 1, 5 мин, Повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. Игровые упражнения: «Пройди – не задень», «Пас на ходу», | Подвижная игра «Салки с ленточкой» Малоподвижная игра «Эхо» 6- на улице. Упражнять в ходьбе в колонне по 1 с выполнением заданий по сигналу воспитателя, Повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание. Игровые упражнения: «Пройди – не урони», «Из кружка в кружок», «Стой» - игровое упражнение | равновесии. Подвижная игра «Попрыгунчики – воробушки» 9- на улице. Упражнять в ходьбе и беге колонной по 1, В ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, Повторить задания с шайбой, упражнения в прыжках, на равновесие. Игровые упражнения: «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди – не урони» Подвижная игра «Лягушки и цапля» Малоподвижная игра по выбору детей. | «Хитрая лиса» Малоподвижная игра «Эхо» 12- на улице. Упражнять в ходьбе между предметами, Разучить игровое задание «Точный пас», Развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность. Игровые задания «Точный пас», «Кто дальше бросит», «По дорожке на одной ножке» Подвижная игра «Два Мороза» | Социально - коммуникативная: Поощрять желание подготавливать и убирать спортивный инвентарь к занятиям, после занятий. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | |
| Январь | 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): сохраняет правильную осанку в различных видах деятельности, проявляет интерес к физкультуре, проговаривает название физических упражнений и знает их влияние на организм. | | | | | |
| | Тема | Занятия 13,14, 15-на улице. «Зима» | Занятия 16,17, 18-на улице. «Зима» | Занятия 19,20, 21-на улице. «Зима» | Занятия 22,23, 24-на улице. «Зима» | Социально - коммуникативная: Расширять представление о значении физических упражнений для организма. |

| | | | | | | |
|--------|--|--|---|---|--|--|
| | | | | | | Развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении правил и норм поведения. Развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. Познавательное развитие: Развитие ориентировки в пространстве. Речевое развитие: Формировать умение отстаивать свою точку зрения. Художественно – эстетическое развитие: Проведение подвижных игр и соревнований под музыкальное сопровождение. |
| Задачи | <p>Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную по сигналу воспитателя, Упражнения в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствия.</p> <p>Подвижная игра «День и ночь» Малоподвижная игра по выбору детей. 15-на улице.</p> <p>Упражнять в ходьбе в колонне по 1, беге между предметами, Ходьбе и беге врассыпную, Повторить игровые упражнения с прыжками, подвижную игру «Два Мороза» Игровые упражнения: «Кто быстрее2,</p> | <p>Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук, Упражнять в прыжках в длину с места, Развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.</p> <p>Подвижная игра «Совушка» 18-на улице.</p> <p>Провести игровое упражнение «Снежная королева», упражнения с элементами хоккея, игровое упражнение с метанием предметов вдале, игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки».</p> | <p>Упражнять в ходьбе и беге с дополнительными заданиями, Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, Повторить лазанье под шнур.</p> <p>Подвижная игра «Удочка» 21-на улице.</p> <p>Упражнять в ходьбе между предметами, разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны зала на другую.</p> <p>Подвижная игра «Два Мороза».</p> | <p>Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения, Упражнять в ползании на четвереньках, Повторить упражнения на равновесие и в прыжках.</p> <p>Подвижная игра «Паук и мухи» Малоподвижная игра по выбору детей. 24-на улице.</p> <p>Повторить ходьбу между предметами, разучить игру «По местам!» Игровые упражнения: «По дорожке на одной ножке» «По местам», «Поезд»</p> | | |

| | | | | | | |
|---------|--|---|---|--|---|--|
| | | «По дорожке на одной ножке», Подвижная игра «Два Мороза». | | | | |
| 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 н а п ы в ы ш е н н о й о п о р е ; т о ч н о п е р е б р а с ы в а е т м я ч н а п а р н и к у , п р о л е з а е т в о б р у ч п р а в ы м \ л е в ы м б о к о м ; п о д л e z a e т п о д д у г у в г р у п п и р о в к e ; э н е р г и ч н о o т т a л к и в а e т с я и п р a в и л ь н о п р и з e м л я e т с я в п р ы ж k a x ; и м e e т п р e д c t a в л e н и e o P o c c и й c k o й A p м и и ; a к т и в н о y ч a c т в у e т в п o d в и ж н ы x и г p a x , п р и д у м ы в a e т в a р и a n t ы и г p , c t p e м и т ь c я k c a м o c t o я т e л ь н o й o p г a n и z a ц и и и г p ; y м e e т o t c t a и в a t ь c в o ю т o ч k y з p e н и я . | | | | | |
| | Тема | Занятия 25,26, 27-на улице. «День защитника Отечества» | Занятия 28,29, 30-на улице. «День защитника Отечества» | Занятия 31,32, 33-на улице. «День защитника Отечества» | Занятия 34,35, 36-на улице. «Международный женский день» | Социально - коммуникативная: Продолжать работу по укреплению здоровья детей. Расширение представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности. Поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. Познавательное развитие: Развитие сенсорики. Речевое развитие: Совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. Художественно – эстетическое развитие: Развитие музыкального слуха– выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. |
| | Задачи | Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола и прыжках, Повторить упражнения в прыжках, в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. Подвижная игра «Ключи» 27-на улице. | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук, Разучить прыжки с подскоком, Упражнять в переброске мяча, повторить лазанье в обруч. Подвижная игра «Не оставайся на полу» 30-на улице. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, повторить игровые упражнения с | Повторить ходьбу со сменой темпа движения, Упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге, В метании предметов, лазанье на гимнастическую стенку, Повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания. | Упражнять в ходьбе в колонне по 1 с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами, Повторить упражнения на равновесие и прыжки. Подвижная игра «Жмурки» 36-на улице. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; игровые | |

| | | | | | | |
|------|---|---|---|---|--|--|
| | | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя, Повторить игровое упражнение с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками. Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Ёлочка» | клюшкой и шайбой. Подвижная игра «Фигуры», «Затейники». | Подвижная игра «Не попадись» 33-на улице. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. Подвижная игра «Карусель». | упражнения с метанием предметов и прыжками. Игровые упражнения: «не попадись», Подвижные игры «Белые медведи», «Карусель» Малоподвижная игра «Затейники» | |
| 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 интег р а т и в н ы х кач е с т в р е б е н к а (на основе интеграции образовательных областей): | | | | | |
| | Тема | Занятия 1,2, 3-на улице. «Международный женский день» | Занятия 4,5, 6-на улице. «Народная культура и традиции» | Занятия 7,8, 9-на улице. «Народная культура и традиции» | Занятия 10,11, 12-на улице. «Народная культура и традиции» | Социально - коммуникативная: Продолжать развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развивать умение использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры, справедливо оценивать результаты игры, интерес к народным играм. Продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Познавательное развитие: Продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных. |
| | Задачи | Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с дополнительным заданием, Повторить задание в | Упражнять в ходьбе в колонне по 1, беге враспынную, Повторить упражнения в прыжках, ползании, Задания с мячом. Подвижная игра «Затейники» Малоподвижная | Повторить ходьбу с выполнением заданий, Упражнять в метании предметов в горизонтальную цель, Повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий, Упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку, повторить упражнения на равновесие и прыжки. Подвижная игра | |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|--------|--|---|---|--|---|---|
| | | прыжках, эстафету с мячом. Подвижная игра «Ключи» 3-на улице. Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом. Игровые упражнения: «Бегуны», «Лягушки в болоте», «Мяч о стенку» Игра «Совушка» | игра по выбору детей. 6-на улице. Упражнять в беге и прыжках, Развивать ловкость в заданиях с мячом. Игра с бегом «Мы веселые ребята», «Охотники и утки» - с мячом. Игра «Тихо – громко» | повышенной опоре. Подвижная игра «Волк во рву» Малоподвижная игра. 9-на улице. Упражнять в беге на скорость, повторить игровые упражнения с прыжками и с мячом. Игровые упражнения: «Кто скорее до мяча», «Пас ногой», «Ловкие зайчата» Подвижная игра «Горелки» Малоподвижная игра «Эхо» | «Совушка», Малоподвижная игра по выбору детей. 9-на улице. Повторить упражнения с бегом, прыжками и мячом. Игровые упражнения: «Салки-перебежки», «Передача мяча в колонне», «Удочка» «Горелки». | Речевое развитие: Продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности. Художественно – эстетическое развитие: Совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки. |
| 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 разв ит ия интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет правильно все виды основных движений; выполняет физические упражнения из разных и.п. четко и ритмично, следит за осанкой; метает предметы правой и левой рукой вдаль; активно участвует в играх-соревнованиях, проявляет взаимовыручку, поддерживает своих товарищей, действует в команде. | | | | | |
| | Тема | Занятия 13,14, 15 на улице. «Весна» | Занятия 16,17, 18 на улице. «Весна» | Занятия 19,20, 21 на улице. «День Победы» | Занятия 22,23, 24 на улице. «День Победы» | Социально - коммуникативная: Обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего 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. Развитие умения действовать в команде. |
| | Задачи | Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге, Упражнять на равновесие, в | Повторить упражнения в ходьбе и беге, Упражнять в прыжках в длину с | Упражнять в ходьбе в колонне по 1, в построении в пары (колонна по 2), | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий, Упражнения в | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|--|---|--|
| | | прыжках, с мячом. Подвижная игра «Хитрая лиса» 15 на улице. Повторить игровое упражнение с бегом, Игровые задания с мячом, с прыжками. Игровые упражнения: «Быстро в шеренгу», «Перешагни – не задень», «С кочки на кочку» Подвижная игра «Охотники и утки» Малоподвижная игра «Великаны и гномы». | разбега, в перебрасывании мячей друг другу. Подвижная игра «Мышеловка» 18 на улице. Повторить игровое задание с ходьбой и бегом, Игровые упражнения с прыжками и с мячом. Игровые упражнения: «»Пас ногой», «Пингвины» Подвижная игра «Горелки» | В метании мешочков на дальность, В ползании, в равновесии. Подвижная игра «Затейники» 21 на улице. Повторить бег на скорость, Упражнять в заданиях с прыжками, в равновесии. Игровые упражнения: «Перебежки», «Пройди – не задень», «Кто дальше прыгнет», «Пас ногой», «Поймай мяч» Малоподвижная игра «Тихо – громко» | равновесии, в прыжках, с мячом. Игровое упражнение «По местам» Подвижная игра «Салки с ленточкой» 24 на улице. Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом. Игровые упражнения: «Передача мяча в колонне», Подвижная игра «Лягушки в болоте» (с прыжками) Подвижная игра «Горелки» Малоподвижная игра «Великаны и гномы» | Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. Художественно – эстетическое развитие: Упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки. |
| 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 разв ит ия интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): следит за осанкой, выполняет элементарные правила безопасного поведения во время различных игр и физических упражнений; выполняет ходьбу бег в колонне по1, перестраивается по сигналу в круг, в колонны по 2, по 3, по 4. | | | | | |
| | Тема | Занятия 25,26, 27 на улице. «День Победы» | Занятия 28,29, 30 на улице. «До свидания, | Занятия 31,32, 33 на улице. «До свидания, | Занятия 34,35, 36 на улице. «До свидания, | Социально - коммуникативная: Воспитание доброжелательности, готовности выручить сверстника, развитие умения считаться с |

| | | | | | | |
|--------|---|--|--|---|---------------------------------------|---|
| | | | детский сад! Здравствуй школа!» | детский сад! Здравствуй школа!» | детский сад! Здравствуй школа!» | интересами и мнением товарищей по игре, справедливо решать споры. Закреплять умение замечать и устранять непорядок во внешнем виде, тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в одежде, в причёске; закреплять умение подготавливать и убирать спортивный инвентарь к занятию. Развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. Закрепление правил безопасного поведения во время игр в разное время года. |
| Задачи | <p>Повторить 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. Подвижная игра «Совушка», Малоподвижная игра «Великаны и гномы» 27 на улице. Упражнять в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении, Упражнять в прыжках через короткую скакалку, повторить упражнения в</p> | <p>Упражнять в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, повторить упражнения с мячом. Подвижная игра «Горелки», Малоподвижная игра «Летает – не летает» 30 на улице. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий, Повторить упражнения с мячом, в прыжках. Игровые упражнения: «Ловкие прыгуны», «Проведи мяч», «Пас друг другу» Подвижная игра «Мышеловка».</p> | <p>Упражнять в ходьбе и беге в колонне по 1, по кругу, В ходьбе и беге врассыпную, в метании предметов на дальность, в прыжках, в равновесии. Подвижная игра «Воробы и кошка» 33 на улице. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, В ходьбе и беге врассыпную, Повторить задания с мячом и прыжками. Игровые упражнения: «Мяч водящему», «Кто скорее до кегли» Индивидуальные игры с мячом. Подвижная игра «Горелки»</p> | <p>Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу, повторить упражнения в лазании на гимнастическую стенку, Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках. Подвижная игра «Охотники и утки» Малоподвижная игра «Летает – не летает». 36 на улице. Повторить игровые упражнения с бегом и ходьбой, Упражнять в заданиях с мячом. Игровые упражнения: «По местам», «Кто быстрее», «Пас ногой», «Кто выше прыгнет»</p> | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | <p>равновесии с дополнительным заданием.</p> <p>Игровые упражнения: «Пас на ходу», «Брось – поймай», Прыжки через короткую скакалку. Игра по выбору детей.</p> | | | <p>Подвижная игра «Не оставайся на земле»</p> | |
|--|--|--|--|--|--|

2.8 План работы с родителями по физическому воспитанию на 2023-2024 уч.год

Задачи:

- Доставить радость общения и единения детям и родителям;
- повышать интерес детей к физической культуре,
- расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ;
- побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях;
- познакомить родителей со структурой утренней гимнастики, последовательностью выполнения упражнений, дозировкой и длительностью гимнастики в разных возрастных группах. Создать положительный эмоциональный настрой у детей и родителей;
- дать представление родителям о формировании здорового образа жизни. Продемонстрировать массаж ступней ног, упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия.

| Срок | Возраст | Содержание работы | Форма | Ответственные |
|----------------|-----------------------------------|---|--------------------------------------|-------------------------------------|
| Октябрь | Средняя группа | «Воспитание правильной осанки у ребёнка» | Консультация (стендовый материал) | Инструктор по физо |
| | Старшая и подготовительная группы | «Чрезмерный вес ребенка - угроза здоровью» | Консультация (стендовый материал) | Инструктор по физо |
| Ноябрь | средняя группы | «Зарядка – это весело» «Растём здоровыми, ловкими, быстрыми» | Консультация. | Инструктор по физо |
| | Старшая и подготовительная группы | «Вылечим простуду гимнастикой» «Спорт – радость – здоровье» | Консультация | Инструктор по физо |
| Декабрь | средняя группы | «Одежда и здоровье детей» | Консультация | Инструктор по физо, родители, дети. |
| | Старшая и подготовительная | «Организация активного отдыха старших дошкольников в зимний | Консультация | Инструктор по физо, родители, дети. |

| | группы | период». | | |
|----------------|-----------------------------------|--|--|---------------------------|
| Январь | средняя группы | Показ утренней гимнастики | День открытых дверей | Инструктор по физо |
| | Старшая и подготовительная группы | Продемонстрировать массаж ступней ног, упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия | День открытых дверей (индивидуальные беседы, письменные рекомендации). | Инструктор по физо и дети |
| Февраль | средняя группы | «Спортивный праздник ко Дню 23 февраля» | Развлечение совместно с родителями | Инструктор по физо и дети |
| | Старшая и подготовительная группы | «Физкультура зимой» | Консультация | Инструктор по физо |

| | | | | |
|---------------|-----------------------------------|---|-------------------|---------------------------|
| Март | средняя группы | «Как правильно одеть ребенка на занятие по физкультуре» | Консультация | Инструктор по физо |
| | Старшая и подготовительная группы | « Как выбрать спортивную секцию» | Консультация | Инструктор по физо |
| Апрель | средняя группы | « Физическое развитие ребёнка в семье». | Консультация | Инструктор по физо |
| | Старшая и подготовительная группы | «Моя спортивная семья» | Выставка рисунков | Дети и родители |
| Май | средняя группы | «Домашний стадион» | Консультация | Инструктор по физо и дети |
| | Старшая и подготовительная группы | «Летний отдых» | Консультация | Инструктор по физо |

3 ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Психолого-педагогические условия реализации программы

Успешная реализация Федеральной программы ДООУ Физическое развитие обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

- 1) признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребенка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- 2) решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, обогащение двигательной активности в центрах здоровья, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия).
- 3) обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ДООУ, в том числе дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования- формирование умения учиться);
- 4) учет специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся;
- 5) создание развивающей и эмоционально-комфортной для ребенка образовательной среды, способствующей физическому развитию ребенка, сохранению его индивидуальности, в которой ребенок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера и прочее;
- 6) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывая его социальную ситуацию его развития;
- 7) индивидуализация образования (в том числе поддержка ребенка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики;

- 8) оказание ранней коррекционной помощи детям ДОУП, в том числе с ОВЗ на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в том числе посредством инклюзивного образования;
- 9) совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;
- 10) психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;
- 11) вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;
- 12) развитие профессиональной компетенции, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;
- 13) взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, физкультуры и спорта), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;
- 14) использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования ее социализации;
- 15) предоставление информации о Федеральной программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности.

Список литературы и методических пособий:

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования. – М.:ТЦ Сфера,2023. – 208 с.: табл. (Правовая библиотека образования)
2. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования/ Под. ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – 6-е изд. Доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 368 с.
3. Фёдорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. –96с.
4. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду младшая группа детского сада Конспекты занятий Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011
5. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду средняя группа детского сада Конспекты занятий Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011
6. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду старшая группа детского сада Конспекты занятий Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011
7. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду подготовительная к школе группа детского сада Конспекты занятий Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011
8. Пензулаева Л.И.. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 48с.
9. Федотов Михаил «Энциклопедия физической подготовки к школе» ; Михаил Федотов; Елена Данилова; Евгения Тропп М: Нева, ОЛМА-ПРЕСС Гранд,2002. – 240 с.

