

Принято на заседании
Педагогического совета СП «Детский сад»
МБОУ «ОК «СтартУМ» города Губкина
Белгородской области
Протокол № 1 от «31» 08 2023г

Утверждаю: Директор
МБОУ «ОК «СтартУМ» города Губкина
Белгородской области
Т.В Солдатова
Приказ № 828 от «01» 09 2023г



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ИНСТРУКТОРА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Образовательный комплекс «СтартУМ» (структурное подразделение «Детский сад»)
города Губкина Белгородской области
на 2023-2024 учебный год
(разработана в соответствии с ФГОС ДО, ОП ДО)**

Разработчики:
Алпеева М.Н.,
инструктор по физической культуре

Губкин, 2023

| | |
|---|-----|
| Содержание | 2 |
| Раздел 1: Целевой раздел | |
| 1.1. Пояснительная записка..... | 3 |
| 1.2. Характеристика особенностей развития детей..... | 9 |
| 1.3. Планируемые результаты освоения детьми программы..... | 15 |
| Раздел 2: Содержательный раздел | |
| 2.1.Содержание образовательной области «Физическое развитие»..... | 18 |
| 2.2. Перспективно-тематическое планирование образовательной деятельности..... | 28 |
| 2.3.Описание вариативных форм, способов, методов и приемов реализации программы..... | 198 |
| 2.4.Взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями воспитанников..... | 200 |
| 2.5.Особенности организации педагогической диагностики..... | 201 |
| Раздел 3: Организационный раздел | |
| 3.1. Методическое обеспечение программы. Средства обучения и воспитания..... | 204 |
| 3.2. Распределение организованной образовательной деятельности в течение учебного года | 205 |
| 3.3. Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре..... | 207 |
| 3.4. Комплексы утренней гимнастики..... | 209 |
| 3.5.Традиционные события, праздники, мероприятия, проводимые в МБДОУ..... | 210 |
| 3.6. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды..... | 211 |
| 3.7. Используемая литература..... | 213 |

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре организации образовательной деятельности разработана и утверждена муниципальным бюджетным общеобразовательным учреждением «ОК «СтартУМ» (структурное подразделение «Детский сад») города Губкина Белгородской области (далее –СП «Детский сад») в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155) в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, (далее – ФГОС ДО), федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, (далее – ФОП ДО), образовательной программой дошкольного образования МБОУ «ОК «СтартУМ» (структурное подразделение «Детский сад») (далее – ОП ДО).

Нормативно-правовой основой для разработки рабочей программы воспитателя (далее –РП) являются следующие документы:

Федеральный уровень

- Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. от 17.02.2023 года);
- Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (в ред. от 14.07.2022) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
 - Федеральный закон от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»;
 - Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 999-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
 - Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155 (ред. от 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384);
 - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 года №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (зарегистрировано Минюстом России 28.12.2022, регистрационный № 71847);
 - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 г. №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрирован 31.08.2020 г. № 59599);
 - Постановление Правительства Российской Федерации от 21.02.2022 года №225 «Об утверждении номенклатуры должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, должностей руководителей образовательных организаций»;
 - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.03.2023 года №196 "Об утверждении Порядка проведения аттестации педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность" (зарегистрирован 02.06.2023 года № 73696);
 - Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
 - • Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Региональный уровень
- Закон Белгородской области «Об образовании в Белгородской области» от 30.10.2014 года № 314 (ред. 02.07.2020 года);

- Закон Белгородской области о внесении изменений в статьи 12 и 14 Закона Белгородской области «Об образовании в Белгородской области» от 01.06.2023 года (принят Белгородской областной Думой);
- Постановление Правительства Белгородской области от 30.12.2013 года №528-пп «Об утверждении государственной программы Белгородской области «Развитие образования Белгородской области»;
- Приказ министерства образования Белгородской области от 01.03.2022 года №694 «Об утверждении регионального плана мероприятий ("дорожной карты") по содействию развитию конкуренции в сфере образования на 2022-2025 годы»;
- Приказ министерства образования Белгородской области от 29.06.2022 года №2090 «Об утверждении положения о системе мониторинга качества дошкольного образования в образовательных организациях Белгородской области»;
- Приказ Министерства образования Белгородской области от 10.04.2023 года № 1162 «Об организации деятельности по внедрению федеральных образовательных программ дошкольного образования»;
- Письмо министерства образования Белгородской области от 08.06.2022 года №17-09/14/2062 «О повышении качества условий, формирования основ экономического воспитания детей дошкольного возраста»;
- Письмо министерства образования Белгородской области от 27.05.2022 года №17-09/1866 «О сетевой форме реализации образовательных программ по обучению плаванию детей дошкольного возраста»;
- Письмо министерства образования Белгородской области от 27.07.2022 года №17-09/14/2723 «О перечне игрового и обучающего оборудования для ДОО»;
- Письмо министерства образования Белгородской области от 03.02.2023 года №17-5/6795-017-264 «О совершенствовании учебно-методических и материально-технических условий реализации образовательных программ дошкольного образования»;
- Уровень ДОУ
- Устав МБОУ «ОК «СтартУМ» (структурное подразделение «Детский сад»)
- Образовательная программа дошкольного образования МБОУ «ОК «СтартУМ» (структурное подразделение «Детский сад») (ОП ДО).

Программа разработана с целью психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности в группах общеразвивающей направленности МБОУ «ОК «СтартУМ» (структурное подразделение «Детский сад») (ОП ДО) и обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста по образовательной области «Физическое развитие» в различных видах деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Программа направлена на:

- ❖ развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей;
- ❖ создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками и в соответствующих возрасту видах деятельности;
- ❖ создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Программа предусмотрена для освоения детьми в возрасте от 2-ух до 7 лет в группах общеразвивающей направленности.

Цель рабочей программы:

- ❖ Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой;
- ❖ Приобщение к здоровому образу жизни и гармоничное физическое развитие.

Задачи рабочей программы:

- ❖ Охрана и укрепление здоровья детей;
- ❖ Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
- ❖ Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
- ❖ Воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- ❖ Обеспечение физического и психического благополучия.

Приоритетные задачи реализации программы:

- ❖ охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- ❖ обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- ❖ 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;
- ❖ объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

❖ формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;

❖ формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

❖ обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Программа основывается на следующих принципах:

❖ Полноценного проживания ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

❖ Построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования;

❖ Содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

❖ Поддержки инициативы детей в различных видах деятельности;

❖ Сотрудничества с семьёй;

❖ Приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

❖ Формирования познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

❖ Возрастной адекватности дошкольного образования;

❖ Учёта этнокультурной ситуации развития детей.

Образовательная среда в соответствии с программой строится на основе системы принципов обучения:

❖ принцип психологической комфортности: взаимоотношения между детьми и взрослыми строятся на основе доброжелательности, поддержки и взаимопомощи;

❖ принцип деятельности: основной акцент делается на организации самостоятельных детских «открытий» в процессе разнообразных видов деятельности детей (игра, общение, исследование и пр.); педагог выступает, прежде всего, как организатор образовательного процесса;

❖ принцип целостности: стратегия и тактика образовательной работы с детьми опирается на представление о целостной жизнедеятельности ребенка (у ребенка формируется целостное представление о мире, себе самом, социокультурных отношениях);

- ❖ принцип минимакса: создаются условия для продвижения каждого ребенка по индивидуальной траектории развития и саморазвития в своем темпе, на уровне своего возможного максимума;
- ❖ принцип творчества: образовательный процесс ориентирован на развитие творческих способностей каждого ребенка, приобретение им собственного опыта творческой деятельности;
- ❖ принцип вариативности: детям предоставляются возможности выбора материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения, информации, способа действия и др.;
- ❖ принцип непрерывности: обеспечивает преемственность в содержании, технологиях, методах между дошкольным и начальным общим образованием, определяется вектор на дальнейшую перспективу развития.

Срок реализации: Рабочая программа состоит из 3 разделов, рассчитана на 1 год обучения: с 1 сентября 2023 г. по 30 мая 2024 г. с детьми шести возрастных групп с 2-ух до 7 лет.

Программа состоит из обязательной части. Обязательная часть является необходимой с точки зрения реализации требований ФГОС.

Обязательная часть Программы предполагает комплексность подхода, обеспечивая развитие детей в образовательной области «Физическое развитие». Обязательная часть направлена на решение задач:

- 1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 3) обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (в том числе преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
- 4) создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- 5) объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 6) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности,

самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;

7) обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;

8) формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

9) обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

1.2. Характеристика особенностей развития детей

Вторая ранняя группа (2-3 года)

Развитие детей раннего возраста имеет свою неповторимую специфику, что выражается, в тесной взаимосвязи физиологических и психологических компонентов. Дети активно овладевают разнообразными движениями. Растущие двигательные возможности позволяют детям более активно знакомиться с окружающим миром, познавать свойства и качества предметов, осваивать новые способы действий. Организм младших дошкольников недостаточно окреп. Дети легко подвергаются инфекциям. Особенно часто страдают их верхние дыхательные пути, так как объем легких ребенка пока небольшой и малыш вынужден делать частые вдохи и выдохи. Эти особенности детей воспитателю надо постоянно иметь в виду: следить за чистотой воздуха в помещении, за правильным дыханием детей (через нос, а не ртом) на прогулке, во время ходьбы и подвижных игр. Дети могут спокойно, не мешая друг другу, играть рядом, объединяться в игре с общей игрушкой, развивать несложный игровой сюжет из нескольких взаимосвязанных по смыслу эпизодов, выполнять вместе простые поручения.

Вторая младшая группа (3-4 года)

Характеристика особенностей развития воспитанников

На рубеже трех лет любимым выражением ребёнка становится «Я сам!». Отделение себя от взрослого и 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 произвольно, действия и поступки

неопределённые, их последствия ребенок чаще всего не представляет, нормативно развивающемуся ребенку свойственно ощущение безопасности, доверчиво-активное отношение к окружающему.

Дети 3—4 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 картинках.

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.). Возраст 3-4 года также является благоприятным возрастом для начала целенаправленной работы по формированию физических качеств (скоростных, силовых, координации, гибкости, выносливости).

Средняя группа (4-5 лет)

Характеристика особенностей развития воспитанников

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 товарища, 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. Дошкольники знают и используют по назначению атрибуты, сопровождающие эти процессы: мыло, полотенце, носовой платок, салфетку, столовые приборы. Уровень освоения культурно-гигиенических навыков таков, что дети свободно переносят их в сюжетно-ролевую игру.

В 4—5 лет дети умеют перешагивать через рейки гимнастической лестницы, горизонтально расположенной

на опорах (на высоте 20 см от пола), руки на поясе. Подбрасывают мяч вверх и ловят его двумя руками (не менее трёх-четырёх раз подряд в удобном для ребёнка темпе); нанизывают бусины средней величины (или пуговицы) на толстую леску (или тонкий шнурок с жёстким наконечником). Ребёнок способен активно и осознанно усваивать разучиваемые движения, их элементы, что позволяет ему расширять и обогащать репертуар уже освоенных основных движений более сложными движениями.

Старшая группа (5-6 лет)

Характеристика особенностей развития воспитанников

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 выполнения.

Ребёнок 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), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребёнка. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Посредством целенаправленной и систематической двигательной активности укрепляются мышцы и связки. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребёнком небольших усилий на протяжении достаточно длительного времени).

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

Характеристика особенностей развития воспитанников

У детей этого возраста интенсивно развивается и совершенствуется весь организм. Темпы роста и развития отдельных органов и функциональных систем несколько снижаются по сравнению со средним дошкольным возрастом, однако остаются достаточно высокими. Отмечено, что характерной особенностью процесса роста детского организма является неравномерность и волнообразность.

Костная система характеризуется относительно равномерным развитием опорно-двигательного аппарата, но интенсивность роста отдельных размерных признаков его различна. Длина тела увеличивается в этот период в большей пропорции, чем его масса. Ежегодный прирост тела в длину составляет 4-5 см, массы тела – 2-3 кг, а обхват грудной клетки – 1,5-2 см. В возрасте 6-7 лет наблюдается значительный рост позвоночного столба. Кости детей, по сравнению с костями взрослых, содержат меньше минеральных веществ и легко поддаются деформации. Процесс окостенения позвоночного столба происходит поэтапно. В 6-7 лет образуются самостоятельные центры окостенения для верхней и нижней поверхности тел позвонков, концов остистых и поперечных отростков. Шейный лордоз и грудной кифоз формируются до 7-ми лет. Кости таза в 7 лет только начинают срастаться и при сотрясении могут смещаться.

Полноценная опорно-двигательная функция во многом связана с формированием стопы. Детская стопа по сравнению со стопой взрослых относительно короткая и суженная в области пятки. Анатомически суставно-связочный аппарат сформирован уже у новорожденного, но дальнейшее морфологическое и функциональное совершенствование его продолжается в детском возрасте. Суставы очень подвижны, связочный аппарат эластичен.

В этот период у детей наиболее интенсивно увеличивается подвижность позвоночника, а также плечевых и тазобедренных суставов. Мышечная система детей развита еще слабо. Мышцы имеют тонкие волокна, содержащие в своем составе небольшое количество белка и жира. Отношение мышечной массы к весу всего тела в этот возрастной период составляет около 1/4. У детей этого возраста мышцы развиваются неравномерно: сначала мышцы туловища, нижних конечностей и плечевого пояса, а позднее – мелкие мышцы.

У детей наблюдается постепенное совершенствование мышечной системы и двигательных функций. Вместе с ростом мышечной массы значительно улучшается координация движений. В это время интенсивно формируются психомоторные функции, связанные со скоростью и точностью движения. Мышечная работоспособность у мальчиков 6-7 лет больше, чем у девочек этого же возраста.

В этом возрастном периоде наблюдается относительная слабость дыхательных мышц. В связи с этим грудная клетка принимает незначительное участие в акте дыхания, которое осуществляется, в основном, за счет опускания диафрагмы. Поэтому работа, затраченная на дыхание, у детей значительно больше по сравнению с взрослыми.

Сердечная мышца ребенка 6-7 лет еще сравнительно слабая. Однако снабжение кровью всех тканей тела происходит в два раза быстрее, чем у взрослых благодаря большей частоте сердечных сокращений (ЧСС) и более быстрому кровообращению. Тем самым обеспечивается более интенсивный обмен веществ. ЧСС в возрасте 6-7 лет колеблется в 76 - 92 уд / мин.

1.3. Планируемые результаты освоения программы

Третий год жизни. 2-я ранняя группа

Результаты образовательной деятельности

| Достижения ребенка («Что нас радует») | Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей |
|---|---|
| <p>ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.);</p> <p>при выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы;</p> <p>с большим желанием вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, проявляет инициативность;</p> <p>стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям;</p> <p>переносит освоенные простые новые движения в самостоятельную двигательную деятельность.</p> | <p>малыш не интересуется разнообразными физическими упражнениями; действиями с разными физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.)</p> <p>ребенок без особого желания вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, не инициативен;</p> <p>малыш не самостоятелен в двигательной деятельности, не стремится к получению положительного результата в двигательной деятельности;</p> <p>в контрольной диагностике его результаты ниже возможных минимальных.</p> |

Четвертый год жизни. 2-я младшая группа

Результаты образовательной деятельности

| Достижения ребенка | Вызывает озабоченность и требует совместных |
|--------------------|---|
|--------------------|---|

| (Что нас радует) | усилий педагогов и родителей |
|--|--|
| <p>Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен. При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координации движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.</p> <p>Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх. Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.</p> <p>С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату.</p> <p>С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания.</p> | <p>Ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден.</p> <p>Неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании)</p> <p>Затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений.</p> <p>Не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями.</p> <p>Незнаком или имеет ограниченные представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни.</p> <p>Испытывает затруднения в самостоятельном выполнении процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого.</p> |

**Пятый год жизни. Средняя группа.
Результаты образовательной деятельности**

| Достижения ребенка (Что нас радует) | Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей |
|--|---|
| <p>В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.</p> <p>Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы</p> | <p>Двигательный опыт (объем основных движений) беден.</p> <p>Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа</p> |

общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.

Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.

Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.

Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.

Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.

Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.

Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.

Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

воспитателя. Затрудняется внимательно воспринимать показ педагога, самостоятельно выполнить физическое упражнение.

Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует.

Движения недостаточно координированы, быстрые, плохо развита крупная и мелкая моторика рук.

Испытывает затруднения при выполнении скоростно-силовых, силовых упражнений и упражнений, требующих проявления выносливости, гибкости.

Интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями нестойкий. Потребность в двигательной активности выражена слабо.

Не проявляет настойчивость для достижения хорошего результата при выполнении физических упражнений. Не переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.

У ребенка наблюдается ситуативный интерес к правилам здорового образа жизни и их выполнению. Затрудняется ответить на вопрос взрослого, как он чувствует, не заболел ли он, что болит.

Испытывает затруднения в выполнении процессов личной гигиены. Готов совершать данные действия только помощи и по инициативе взрослого.

Затрудняется в угрожающих на помощь ситуациях позвать на помощь взрослого.

**Шестой год жизни. Старшая группа.
Результаты образовательной деятельности**

| Достижения ребенка (Что нас радует) | Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей |
|--|---|
| <p>Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений). В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.</p> <p>В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.</p> <p>Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.</p> <p>Имеет представление о некоторых видах спорта.</p> <p>Уверенно, точно, в заданном и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.</p> <p>Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.</p> <p>Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его</p> | <p>Двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук.</p> <p>В двигательной деятельности ребенок затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.</p> <p>В поведении слабо выражена потребность в двигательной деятельности.</p> <p>Не проявляет интереса к новым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при выполнении упражнений.</p> <p>Неуверенно выполняет упражнения, не замечает ошибок других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры.</p> <p>Слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений, не проявляет интереса к проблемам здоровья и соблюдению в своем поведении основ здорового образа жизни.</p> <p>Представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни поверхностные.</p> <p>Ребенок испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно - гигиенических навыков, в</p> |

| | |
|--|--|
| <p>людей. Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасности поведения. Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться за помощью к взрослому за помощью).</p> | <p>уходе за своим внешним видом, вещами и игрушками.</p> |
|--|--|

**Седьмой год жизни. Подготовительная группа.
 Результаты образовательной деятельности**

| <p align="center">Достижения ребенка (Что нас радует)</p> | <p align="center">Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей</p> |
|---|---|
| <p>Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные). В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.</p> | <p>В двигательной деятельности ребенок затрудняется в проявлении быстроты, координации (ловкости), выносливости, силы и гибкости. Допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений. Слабо контролирует выполнение своих движений и движений товарищей, затрудняется в их оценке. Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности. Не проявляет стойкого интереса к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательности и инициативности при их выполнении. Проявляет несамостоятельность в выполнении культурно-гигиенических процессов (к началу обучения в школе не овладел основными культурно-гигиеническими умениями и навыками). Не имеет привычки к постоянному использованию</p> |

Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта. Имеет начальные представления о некоторых видах спорта. Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его. Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья. Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью ко взрослому).

культурно-гигиенических навыков без напоминания взрослого. Проявляет равнодушие по отношению к близкому человеку в семье, к заболевшему сверстнику.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма; развитию равновесия, координации движения; крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны). Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами

и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Третий год жизни. Вторая ранняя группа.

Задачи образовательной деятельности:

1) Обогащать детский двигательный опыт, способствовать освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям.

2) Обеспечивать смену деятельности детей с учетом степени ее эмоциональной насыщенности, особенностей двигательной и интеллектуальной активности детей.

3) Создать все условия для успешной адаптации каждого ребенка к условиям детского сада.

4) Укреплять здоровье детей, реализовывать систему закаливания.

5) Продолжать формирование умения ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног, действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры.

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность.

Узнавание детьми разных способов ходьбы, прыжков, ползания и лазанья, катания, бросания и ловли, построений, исходные положения в общеразвивающих упражнениях. Освоение простейших общих для всех правил в подвижных играх. Узнавание о возможности передачи в движениях действий знакомых им зверей, домашних животных, птиц, рыб, насекомых, сказочных персонажей.

На 3 году жизни происходит освоение разнообразных физических упражнений, общеразвивающих упражнений, основных движений, подвижных игр и их правил.

По мере накопления двигательного опыта у малышей идет формирование новых двигательных умений: строиться парами, друг за другом; сохранять заданное направление при выполнении упражнений; активно включаться в выполнение упражнений; ходить, не сталкиваясь и не мешая друг другу; сохранять равновесие на ограниченной площади опоры; бегать, не мешая друг другу, не наталкиваясь друг на друга; подпрыгивать на месте, продвигаясь вперед; перепрыгивать через предметы, лежащие на полу, мягко приземляться; бросать мяч воспитателю и ловить брошенный им мяч; подтягиваться на скамейке, лежа на груди; ползать на четвереньках, перелезть через предметы; действовать по указанию воспитателя, активно включаться в подвижные игры. Участие в многообразных играх и игровых упражнениях, которые направлены на развитие наиболее значимых в этом возрасте скоростно-силовых качества и быстроты (особенно быстроты реакции), а так же – на развитие силы, координации движений. Упражнения в беге содействуют развитию общей выносливости.

Четвертый год жизни. 2-я младшая группа

Задачи образовательной деятельности:

- 1) Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
- 2) Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые качества, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости;
- 3) Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя;
- 4) Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками
- 5) Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность.

Порядковые упражнения. Построения и перестроения: свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием.

Общеразвивающие упражнения. Традиционные двухчастные упражнения общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и

без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу;

Основные движения. Ходьба. Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам. С заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске ходьба и бег со сменой темпа и направления.

Бег, не опуская головы.

Прыжки. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте, с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними.

Катание, бросание, метание. Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками в даль, в горизонтальную и вертикальную цели.

Лазание по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола.

Музыкально-ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых.

Подвижные игры. Основные правила в подвижных играх.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

Пятый год жизни. Средняя группа.

Задачи образовательной деятельности:

1) Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.

2) Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.

3) Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни

4) Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность.

Порядковые упражнения. Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному, в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте.

Общеразвивающие упражнения. Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.

Основные движения.

Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге - активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения.

Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного).

Бег. Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5х3=15)), ведение колонны.

Бросание, ловля, метание. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании.

Ползание, лазанье. Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек,

Прыжки. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед), вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (впрыгивание на высоту 15—20 см.).

Сохранение равновесия после вращений, или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности.

Подвижные игры: правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия.

Спортивные упражнения. Ходьба на лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полуюлочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой. Плавание — погружение в

воду с головой, попеременные движения ног, игры в воде. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двухколесном и трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами.

Ритмичные движения: танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках приводящих к болезням; об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить. Основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

Шестой год жизни. Старшая группа.

Задачи образовательной деятельности:

- 1) Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений);
- 2) Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей;
- 3) Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;
- 4) Развивать творчества в двигательной деятельности;
- 5) Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
- 6) Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
- 7) Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
- 8) Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и

здоровьеформирующего поведения. Самостоятельность детей в выполнении культурно - гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.

9) Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания

Содержание образовательной деятельности **Двигательная деятельность.**

Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах.

Общеразвивающие упражнения: четырехчастные, шестичастные, традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами. Подводящие и подготовительные упражнения. Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге - выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега, отталкивания, группировки и приземления, в метании замаха и броска.

Ходьба. Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры.

Бег. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3x10 м в медленном темпе (1,5—2 мин).

Прыжки. На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), впрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.

Бросание, ловля и метание. «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на

месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5-9 м) горизонтальную и вертикальную цели (3,5 - 4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо.

Ползание и лазание. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр.

Спортивные игры. Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). *Баскетбол.* Перебрасывание мяча друг другу от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. Игра по упрощенным правилам. *Бадминтон.* Отбивание волана ракеткой в заданном направлении. Игра с воспитателем. *Футбол.* Отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Обведение мяча между и вокруг предметов. Отбивание мяча о стенку. Передача мяча ногой друг другу (3—5 м). Игра по упрощенным правилам. *Хоккей:* вести шайбу разными способами, забивать шайбу в ворота. Настольный теннис: учить держать ракетку и действовать ей, выполнять простейшие упражнения с ракеткой и мячом.

Спортивные упражнения: скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках. Катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека. Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки. Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания.

Седьмой год жизни. Подготовительная группа.

Задачи образовательной деятельности:

- 1) Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.
- 2) Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил спортивных игр и спортивных упражнений;
- 3) Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
- 4) Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений;
- 5) Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно - ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.
- 6) Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- 7) Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.
- 8) Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
- 9) Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность.

Порядковые упражнения. Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения. Перестроение четверками.

Общеразвивающие упражнения. Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные, традиционные, общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименные, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами.

Основные движения. Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазанья по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные

действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения.

Ходьба. Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами.

Упражнения в равновесии. Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.

Бег. Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Бег через препятствия высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5x10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м.

Прыжки. Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку,

перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку.

Метание. Отбивать, передавать, подбрасывать мячей разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие) разными способами. Точное поражение цели.

Лазанье. Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема».

Подвижные игры. Организовать знакомые игры и игру с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты.

Спортивные игры. Правила спортивных игр. Городки. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Баскетбол. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру

двумя руками из-за головы. Футбол. Способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Настольный теннис, бадминтон. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола. Хоккей. Ведение шайбы клюшкой, забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывающего торможения.

Спортивные упражнения. Ходьба на лыжах. Скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке. Катание на коньках. Сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты. Катание на самокате. Отталкивание одной ногой.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском

саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.).

2.2. Перспективно-тематическое планирование образовательной деятельности Вторая ранняя группа № 12

Сентябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|-----------------|--|-------------|-----------------------|--|
| 02.09. | «Наша группа» | <p style="text-align: center;"><u>«Пойдем в гости к кукле, зайчику, мишке»</u></p> <p>-научить детей ходить между предметами и прокатывать мяч одной рукой;</p> <p>2) -развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве;</p> <p>-воспитывать у детей радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнения.</p> | «Догонялки» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 6-12 |
| 06.09. | | <p style="text-align: center;"><u>«В гостях к куклы, зайчика, мишки»</u></p> <p>- продолжать учить детей ходить между предметами и прокатывать мяч одной рукой;</p> <p>2) -развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве;</p> <p>-воспитывать у детей радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнения.</p> | | | |
| 09.09. | | <p style="text-align: center;"><u>« В гостях у куклы, зайчика, мишки»</u></p> <p>-научить детей ползать на средних четвереньках по прямой;</p> <p>-упражнять в ходьбе между предметами;</p> | «Догонялки» | | |

| | | | | | |
|--------|--|--|-----------------------|--|--|
| | | положительное эмоциональное отношение к играм с движениями | | | |
| 23.09. | | <p><u>«Птички летают»</u> -научить, детей прыгать на двух ногах на месте; -упражнять в прокатывании мяча двумя руками; -закрепить умение ползать на средних четвереньках; -развивать ловкость, координацию движения, умение ориентировать в пространстве; -воспитывать желание выполнять имитационные движения выразительно.</p> | «Птички в гнездышках» | | |
| 27.09. | | <p><u>«Птички летают»</u> - упражнять детей в прыжках на двух ногах на месте; - упражнять в прокатывании мяча, добиваясь сохранения направления движения мяча; - закрепить навык ползания на средних четвереньках; - познакомить с некоторыми особенностями поведения птиц осенью; - вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в игровой деятельности.</p> | «Попади в обруч» | | |
| 30.09 | | <p><u>« В гостях у куклы, зайчика, мишки»</u> -научить детей ползать на средних четвереньках по прямой; -упражнять в ходьбе между предметами; -закрепить умение прыгать на всей</p> | «Догонялки» | | |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| | | стопе; -закрепить умение ориентироваться в пространстве; -развивать равновесие. | | | |
|--|--|---|--|--|--|

Октябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|-----------------|--|---------------------|-----------------------|---|
| 04.10. | «Осень золотая» | <u>«В гостях у кукол»</u> -познакомить детей с построением в колонну по одному; ходьбой и бегом в колонне по одному; -научить, детей двигаться по ограниченной площади опоры; -упражнять в прыжках на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя; -закрепить навык активного отталкивания при катании мяча; -развивать равновесие; воспитывать сочувствие к игровым персонажам. | «Солнышко и дождик» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 14-20 |
| 11.10. | | <u>«У кукол»</u> -познакомить детей с построением в колонну по одному; ходьбой и бегом в колонне по одному; -научить, детей двигаться по ограниченной площади опоры; -упражнять в прыжках на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя; -закрепить навык активного отталкивания при катании мяча; -развивать равновесие; воспитывать сочувствие к игровым персонажам. | | | |
| 14.10. | | <u>«В гостях у кукол»</u> -научить, детей прокатывать мяч под дугой; -упражнять в ходьбе по дорожке; | | | |

| | | | | | |
|----------------------|----------------------|---|---------------------|--|--|
| 18.10. | «Вкусные дары осени» | <p>-закрепить умение прыгать с поворотом вокруг себя; -развивать меткость, равновесие, координацию движений, ловкость в беге за катящимся мячом.</p> <p><u>«Угощения для кукол»</u></p> <p>-совершенствовать навыки прокатывания мяча под дугой; -упражнять в ходьбе по дорожке; -закрепить умение прыгать с поворотом вокруг себя; -развивать меткость, равновесие, координацию движений, ловкость в беге за катящимся мячом.</p> | | | |
| 21.10. 25.10. | | <p><u>«Пойдем в гости к зверьям»</u></p> <p>-формировать умение ходить с предметом по дорожке; -научить, детей ползать за катящимся предметом; -упражнять в прокатывании мяча под дугу; -способствовать развитию творческого воображения; -воспитывать интерес к творческой деятельности.</p> <p><u>«В гостях у зверят»</u></p> <p>-упражнять в ходьбе с предметом по дорожке; -учить, детей ползать за катящимся предметом; -упражнять в прокатывании мяча под дугу; -способствовать развитию творческого воображения; -воспитывать интерес к творческой деятельности.</p> | «В гости к зверьям» | | |
| 28.10. | | <p><u>«Пойдем в гости к зверьям»</u></p> <p>-формировать умение бегать в</p> | «Волшебная палочка» | | |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| | | <p>колонне, не отставая и не перегоняя товарищей;</p> <p>-научить прыжкам на 2-х ногах с продвижением вперед;</p> <p>-упражнять в ползании за катящимся предметом с ускорением и замедлением темпа;</p> <p>-закрепить навык прокатывания мяча под дугу.</p> | | | |
| | | | | | |

Ноябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|----------------------------------|---|-------------------|-----------------------|---|
| 01.11. | «Предметы, которые нас окружают» | <p style="text-align: center;"><u>«Воробушки-попрыгунчики»</u></p> <p>-научить детей ходьбе по извилистой дорожке;</p> <p>-упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед;</p> <p>-закрепить навык ходьбы и бега врассыпную;</p> <p>-способствовать развитию прыгучести;</p> <p>воспитывать выразительность при выполнении упражнений.</p> | «Воробушки и кот» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 22-30 |
| 08.11. | | <p style="text-align: center;"><u>«Попрыгунчики»</u></p> <p>-упражнять детей в ходьбе по извилистой дорожке;</p> <p>-совершенствовать навыки прыжков на двух ногах с продвижением вперед;</p> <p>-закрепить навык ходьбы и бега врассыпную;</p> <p>-способствовать развитию прыгучести;</p> | | | |

| | | | | | |
|--------|----------------|---|---------|--|--|
| | | воспитывать выразительность при выполнении упражнений. | | | |
| 11.11. | Я и моя семья» | <u>«Вместе с мамой»</u> -формировать умение бегать в колонне с ускорением и замедлением; -научить, детей ползать по доске на средних четвереньках; -упражнять в ходьбе по извилистой дорожке; -закрепить умение прыгать на двух ногах на месте; -развивать равновесие и умение ориентироваться в пространстве. | «Поезд» | | |
| 15.11. | | <u>«Физкульт-ура!»</u> -учить бегать в колонне с ускорением и замедлением; -упражнять детей ползать по доске на средних четвереньках; -упражнять в ходьбе по извилистой дорожке; -закрепить умение прыгать на двух ногах на месте; -развивать равновесие и умение ориентироваться в пространстве. | | | |
| 18.11. | | <u>«Путешествие в лес на поезде»</u> -научить, детей прокатывать мяч друг другу в парах; -упражнять в ползании на средних четвереньках по доске; -закрепить навык ходьбы по извилистой дорожке; -развивать ловкость, координацию движений; -воспитывать стремление выполнять упражнения совместно с товарищем. | «Поезд» | | |

| | | | | | |
|--------|--|--|----------------|--|--|
| 22.11. | | <p align="center"><u>«Жители леса»</u></p> <p>-упражнять, детей прокатывать мяч друг другу в парах; -совершенствовать навыки ползания на средних четвереньках по доске; -закрепить навык ходьбы по извилистой дорожке; -развивать ловкость, координацию движений; -воспитывать стремление выполнять упражнения совместно с товарищем.</p> | «Лесные жучки» | | |
| 25.11. | | <p align="center"><u>«Путешествие в лес на автобусе»</u></p> <p>-формировать навык ходьбы и бега в колонне парами; -научить, детей прыгать вверх, с целью достать предмет; -упражнять в прокатывании мяча друг другу в парах; -закрепить умение ползать по доске на четвереньках; -развивать ловкость, координацию движений.</p> | «Догони мяч» | | |
| 29.11. | | <p>интерес к народным играм, самостоятельность при выполнении упражнений.</p> <p align="center"><u>«Репка»</u></p> <p>- научить детей, прыгать на двух ногах с продвижением вперед; - закрепить умение ползать за катящимся мячом; - развивать глазомер при прокатывании мяча между предметами; - вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в игровом занятии;</p> | | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | - формировать начальные представления о здоровом образе жизни; - воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности. | | | |
|--|--|--|--|--|--|

Декабрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|-------------------------------------|---|-----------------------|-----------------------|---|
| 02.12. | «Зимушка-зима в гости к нам пришла» | <u>«Курочка с цыплятками»</u> -формировать навык ходьбы в парах с высоким подниманием коленей; - научить детей ходить по шнуру прямо; - упражнять в прыжках вверх с места; -укрепить навык катания мяча в парах; - развивать равновесие, быстроту, ловкость. | «Цыплята и кот» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 31-39 |
| 06.12. | | <u>«Зимушку встречаем»</u> -упражнять в ходьбе парами с высоким подниманием коленей (через сугробы); - учить детей ходить по шнуру прямо; - упражнять в прыжках вверх с места; -укрепить навык катания мяча в парах; - развивать равновесие, быстроту, ловкость. | | | |
| 09.12. | | <u>«С курочкой и цыплятками»</u> -научить, детей подползать под препятствие; -упражнять в ходьбе по шнуру; -закрепить навык энергичного отталкивания в прыжках вверх с места; -развивать ловкость, быстроту, прыгучесть; -воспитывать у детей интерес к | «Доползи до погрешки» | | |

| | | | | |
|--------|-----------------------|---|-------------------------|--|
| 13.12. | | <p>двигательной деятельности.</p> <p><u>«С курочкой и цыплятами»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -учить, детей подползать под препятствие; -совершенствовать навыки ходьбы по шнуру; -закрепить навык энергичного отталкивания в прыжках вверх с места; -развивать ловкость, быстроту, прыгучесть; -воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности. | | |
| 16.12. | | <p><u>«Цирк»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать навык ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки; -научить детей бросать мяч вперед снизу; -упражнять в подползание под препятствие на четвереньках; -закрепить навык ходьбы по шнуру; -развивать равновесие, ловкость; -воспитывать внимательность и умение действовать совместно. | «Перешагни через палку» | |
| 20.12. | «Елка у нас в гостях» | <p><u>«Куклы в цирке»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать навык ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки; -научить детей бросать мяч вперед снизу; -упражнять в подползание под препятствие на четвереньках; -закрепить навык ходьбы по шнуру; -развивать равновесие, ловкость; -воспитывать внимательность и умение действовать совместно. | | |
| 23.12. | | <p><u>«Цирк»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -научить, детей спрыгивать со скамейки, добиваясь мягкого приземления; -упражнять детей в бросках мяча вперед снизу; | «Лошадки» | |

| | | | | | |
|-------|--|--|---------------|--|--|
| 27.12 | | <p>-закрепить навык ползания под препятствие; -развивать координацию движений; ловкость. <u>«Курочка с цыплятками»</u> -формировать навык ходьбы в парах с высоким подниманием коленей; - научить детей ходить по шнуру прямо; - упражнять в прыжках вверх с места; -укрепить навык катания мяча в парах; - развивать равновесие, быстроту, ловкость.</p> | Цыплята и кот | | |
| 30.12 | | <p><u>«Праздник»</u> -учить, детей спрыгивать со скамейки, добиваясь мягкого приземления; -формировать навыки броска мяча вперед снизу; -закрепить навык ползания под препятствие.</p> | | | |

Январь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|------------------------|--|--------------|-----------------------|---|
| 10.01. | «Зимние игры и забавы» | <p><u>«В магазин игрушек на автомобиле»</u> -научить, детей перешагивать через препятствия; -упражнять детей в спрыгивании с высоты; -закрепить навык броска мяча вперед снизу; -развивать равновесие, ловкость; -воспитывать выносливость.</p> | «Автомобили» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 40-43 |
| 13.01. | | <p><u>«В магазин игрушек на автомобиле»</u></p> | | | |

| | | | | | |
|--------|----------------------|---|---------------------------|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> -продолжать учить перешагивать через препятствия; -упражнять детей в спрыгивании с высоты; -закрепить навык броска мяча вперед снизу; -развивать равновесие, ловкость; -воспитывать выносливость. | | | |
| 17.01. | «Природа вокруг нас» | <p><u>В магазин игрушек на самолете»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -научить детей, проползать между ножками стула; -упражнять в перешагивании через препятствие; -закрепить навык мягкого спрыгивания с высоты; -развивать ловкость, равновесие. | | | |
| 20.01. | | <p><u>В магазин игрушек на самолете»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать навыки проползания между ножками стула; -упражнять в перешагивании через препятствие; -закрепить навык мягкого спрыгивания с высоты; -развивать ловкость, равновесие. | | | |
| 24.01. | | <p><u>«Мой веселый звонкий мяч»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать у детей навык ходьбы и бега с остановкой по сигналу; -научить детей бросать мяч от груди; -упражняться в ползании между ножками стула; - закрепить навык перешагивания через препятствия; - развивать ловкость. | «Мой веселый звонкий мяч» | | |
| 27.01. | | <p><u>«Мой веселый звонкий мяч»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -научить детей, выполнять активное | | | |

| | | | | | |
|-------|--|---|--|--|--|
| 31.01 | | <p>отталкивание в прыжках через палочку; -упражнять в бросках мяча от груди; -закрепить умение проползать под препятствием; -развивать ловкость, прыгучесть, координацию движения</p> <p><u>«Горшок каши»</u></p> <p>- совершенствовать умение бегать врассыпную; - закрепить навык подлезания под препятствием; - вызвать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и желание в нем участвовать</p> | | | |
|-------|--|---|--|--|--|

Февраль

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|---------------------------|--|--------------|------------------------|---|
| 3.02. | «Наши игрушки. Транспорт» | <p><u>«Мыши и кот Васька»</u></p> <p>-научить детей ходьбе из обруча в обруч; -упражнять в прыжках через шнур, уделяя внимание мягкому приземлению; -закрепить навык броска от груди; -познакомить детей с выполнением упражнений в роли; -развивать равновесие, ловкость;</p> | «Кот и мыши» | Двигательная , игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 48-55 |
| 7.02. | | <p>быстроту, выразительность имитационных движений</p> <p><u>«Забавные зверята»</u></p> <p>-способствовать освоению детей в ходьбе из обруча в обруч; -упражнять в прыжках через шнур, уделяя внимание мягкому</p> | | | |

| | | | | | |
|-------|---------------------------------|--|--------------------|--|--|
| | | <p>приземлению; -закрепить навык броска от груди; -познакомить детей с выполнением упражнений в роли; -развивать равновесие, ловкость; быстроту, выразительность имитационных движений.</p> | | | |
| 0.02. | | <p><u>«Забавные игрушки»</u> -научить детей, перелезть через бревно боком; -упражнять в ходьбе из обруча в обруч; -закрепить навык прыжка в длину с места, уделяя внимание взмаху руками при отталкивании; -развивать ловкость; координацию движений; выразительность имитационных движений.</p> | "Найди свой домик" | | |
| 4.02. | | <p><u>«Вместе веселее»</u> - упражнять детей в перелезании через бревно боком; - упражнять в ходьбе из обруча в обруч; - закрепить умение выполнять прыжок в длину с места, координируя движения рук и ног; - развивать равновесие, ловкость; - развивать умение ориентироваться в пространстве</p> | | | |
| 7.02. | «Папа, мама, я – дружная семья» | <p><u>«На помощь Колобку»</u> -познакомить детей с выполнением имитационных движений по сюжету сказки; -научить бросать мяч из-за головы двумя руками;</p> | « Где звенит? » | | |

| | | | | | |
|-------|--|--|---|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> -упражнять в перелезании через бревно; -закрепить навык ходьбы из обруча в обруч; -закрепить умение бегать с ускорением и замедлением; -развивать выносливость. | | | |
| 1.02. | | <p style="text-align: center;"><u>« Приключения»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - вызвать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нем; - упражнять детей прыжкам со сменой положения ног; - совершенствовать умение бросать мяч вперед вдаль разными способами; - закрепить умение перелезть через препятствие; - развивать равновесие в ходьбе по шнуру | <p>«Волшебная дудочка».</p> <p>«Забрось мяч в корзину».</p> | | |
| 8.02. | | <p style="text-align: center;"><u>«Волк и семеро козлят»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -вызвать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нем; -научить детей прыжкам со сменой положения ног; -совершенствовать умение бросать мяч вперед, вдаль разными способами. -закрепить умение перелезть через препятствие; -развивать равновесие в ходьбе по шнуру. | | | |

Март

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|-----------------|--|---------------------|-----------------------|---|
| 03.03. | «Весна пришла» | <p align="center"><u>«Прыгай, как мячик»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ходьбе из обруча в обруч с предметом в руках; -упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; -закрепить навык активного толчка при броске мяча из-за головы двумя руками; -упражнять в ходьбе по кругу взявшись за руки; -развивать скоростно-силовые качества, ловкость, точность движений. | «Солнечные зайчики» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 56-63 |
| 07.03. | | <p align="center"><u>«Прыгай, как воробышек»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать навыки ходьбы по кругу, взявшись за руки; - упражняться в прыжках со сменой положения ног, добиваясь легкости и ритмичности при выполнении; - совершенствовать умение бросать мяч двумя руками вдаль из разных исходных положений; - развивать равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры | «Брось и догони» | | |
| 10.03. | | <p align="center"><u>«Вместе с мамой»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей, подтягиваться по скамейке, лежа на животе; - упражнять в ходьбе из обруча в обруч, с мячом в руках; - закрепить навык мягко пружинить ноги в прыжках с продвижением вперед; - закрепить навык ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки; | «Пузырь» | | |

| | | | | | |
|--------|--|---|--------------------------|--|--|
| 14.03. | «Мамин день» | <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать интерес к упражнениям с мячом. <li style="text-align: center;"><u>«Прыгай, как мячик»</u> - научить детей, подтягиваться по скамейке, лежа на животе; - упражнять в ходьбе из обруча в обруч, с мячом в руках; - закрепить навык мягко пружинить ноги в прыжках с продвижением вперед; - закрепить навык ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки; - воспитывать интерес к упражнениям с мячом. | «Перелезь через бревно». | | |
| 17.03. | | <ul style="list-style-type: none"> <li style="text-align: center;"><u>«У солнышка в гостях»</u> -формировать умение ходить по наклонной поверхности; -научить детей, ловить мяч; -упражнять в подтягивании по скамейке; -закрепить умение ходить из обруча в обруч; -развивать силу рук, равновесие, ловкость. | «Поезд». | | |
| 21.03. | | <ul style="list-style-type: none"> <li style="text-align: center;"><u>«Солнышко встречаем»</u> - упражнять детей бросать и ловить мяч, ходить по наклонной доске, ползать на четвереньках; - побуждать детей, дружно играть; - формировать коммуникативные качества | | | |
| 24.03. | «Мир вокруг нас. Из чего сделаны предметы» | <ul style="list-style-type: none"> <li style="text-align: center;"><u>«У солнышка»</u> -научить детей прыжкам со сменой положения ног; -совершенствовать навыки ходьбы по наклонной поверхности; -упражнять детей, ловить мяч; | «Поезд» | | |

Е.А. Синкевич,
Т.В. Большева
Физкультура для
малышей стр. 29

| | | | | | |
|--------|--|--|----------------------|--|--|
| 28.03. | | <p>-закрепить умение подтягиваться на скамейке;</p> <p>-развивать силу рук, точность движения.</p> <p>«Теремок»</p> <p>-продолжать учить детей, лазать по стремянке удобным способом, преодолевая боязнь высоты (страх).</p> <p>-совершенствовать умения детей в бросании предмета в вертикальную и горизонтальную цель одной и двумя руками удобным для них способом;</p> <p>- вызывать положительные эмоции.</p> | «Солнечные зайчики». | | |
| 31.03 | | <p><u>«Горшок каши»</u></p> <p>- закреплять умение бегать врассыпную;</p> <p>- закрепить навык подлезания под препятствием;</p> <p>- вызвать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и желание в нем участвовать</p> | | | |

Апрель

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|---------------------------------|---|-----------|-----------------------|---|
| 04.04. | «Весна красна. Птицы прилетели» | <p><u>«Поиграем с солнечным зайчиком»</u></p> <p>-формировать навык ходьбы с дополнительным заданием;</p> <p>-научить детей активному замаху руками при броске мяча из-за головы через шнур;</p> <p>-упражнять детей в прыжках со сменой положения ног;</p> <p>-развивать равновесие в ходьбе со степа на степ;</p> | «Великан» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 64-70 |

| | | | | | |
|--------|-------------------|--|------------|--|--|
| 07.04. | | <p>-способствовать тренировке выносливости.</p> <p><u>«Вместе с солнечным зайчиком»</u></p> <p>-упражнять в ходьбе с дополнительным заданием;</p> <p>-учить детей активному замаху руками при броске мяча из-за головы через шнур;</p> <p>-закреплять навыки прыжков со сменой положения ног;</p> <p>-развивать равновесие в ходьбе со ступа на ступ;</p> <p>- воспитывать стремление преодолевать трудности</p> | «Зайка» | | |
| 11.04. | | <p><u>«Как попасть к солнечному зайчику?»</u></p> <p>-научить детей, лазать по лестнице;</p> <p>-закрепить умение детей в прыжках со сменой положения ног;</p> <p>-упражнять в ходьбе со ступа на ступ;</p> <p>-развивать ловкость, равновесие, координацию движений;</p> <p>-воспитывать интерес к подвижным играм.</p> | «Птичка» | | |
| 14.04. | | <p><u>«Весенний ласковый зайчик»</u></p> <p>-научить детей, лазать по лестнице;</p> <p>-закрепить умение детей в прыжках со сменой положения ног;</p> <p>-упражнять в ходьбе со ступа на ступ;</p> <p>-развивать ловкость, равновесие, координацию движений;</p> <p>-воспитывать интерес к подвижным играм.</p> | «Гуси» | | |
| 18.04. | «Веселые истории. | <u>«Волшебная палочка – скакалочка»</u> | «Лошадки». | | |

| | | | | | |
|--------|---------------------|--|------------|--|--|
| 21.04. | Книжки для малышей» | <ul style="list-style-type: none"> -совершенствовать ползание по гимнастической скамейке; - учить метать мяч вдаль от груди; -упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз; -упражнять в прыжках в длину с места на двух ногах; -способствовать развитию чувства равновесия, ловкости и смелости. <p style="text-align: center;"><u>«Поиграем с волшебной палочкой»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - учить ползать по гимнастической скамейке; - упражнять метать мяч вдаль от груди; -упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз; - способствовать тренировке выносливости; - вызвать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нем | | | |
| 25.04. | | <p style="text-align: center;"><u>«Волшебная палочка – скакалочка»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать навык ходьбы приставным шагом; -научить детей бросать предметы в горизонтальную цель одной рукой; -закрепить навык лазания по лестнице; -развивать выносливость, воображение, ловкость; -воспитывать бережное отношение к физкультурному инвентарю, умение ухаживать за инвентарем и хранить его. | «Зернышко» | | |
| 28.04. | | | | | |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | <p><u>«Палочка – скакалочка»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -упражнять в ходьбе приставным шагом; -учить детей бросать предметы в горизонтальную цель одной рукой; -закрепить навык лазания по лестнице; -развивать выносливость, воображение, ловкость; -воспитывать бережное отношение к физкультурному инвентарю, умение ухаживать за инвентарем и хранить его. | | |
| | | | | |

Май

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|-----------------------------|---|---------------------|------------------------|--|
| 02.05. | «Мир игры. Весенние забавы» | <p><u>«На солнечной полянке»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать представление о смыкании и размыкании обычным шагом; -познакомить с бегом, догоняя убегающего; - научить детей, подниматься на возвышение; -развивать координацию при выполнении бокового галопа; -развивать глазомер в бросках предметов в цель двумя руками | «Солнышко и дождик» | Двигательная , игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.71-78 |
| 05.05. | | <p><u>«На полянке»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -учить смыкаться и размыкаться обычным шагом; -продолжать знакомить с бегом, догоняя убегающего; - учить детей, подниматься на возвышение; | | | |

| | | | | | |
|--------|----------------------|---|--------------------------|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> -развивать координацию при выполнении бокового галопа; -развивать глазомер в бросках предметов в цель двумя руками - воспитывать стремление преодолевать трудности | | | |
| 12.05. | | <p style="text-align: center;"><u>«Зеленая полянка»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать умение убегать от догоняющего; -упражнять детей в лазании по гимнастической лестнице; -развивать равновесие, поднимаясь на возвышение; -воспитывать у детей самостоятельность при выполнении знакомого упражнения | «Угадай, где спрятано» | | |
| 16.05. | «Природа вокруг нас» | <p style="text-align: center;"><u>«Берегите лес»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать умение убегать от догоняющего; -упражнять детей в лазании по гимнастической лестнице; -развивать равновесие, поднимаясь на возвышение; -воспитывать у детей интерес к физическим упражнениям; - развивать координационные способности | «В гости к зверушкам» | | |
| 23.05. | | <p style="text-align: center;"><u>«На рыбалку»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать у детей представление о скоростном беге; -научить занимать правильное исходное положение при метании вдаль; - совершенствовать лазание по гимнастической лестнице; - закрепить навыки поднимания на | «Воробышки и автомобиль» | | |

| | | | | | |
|--------|--|---|--------------------|--|--|
| 26.05. | | <p>возвышение и спуск с него; - развивать равновесие, ловкость, глазомер <u>«Золотые рыбки»</u> -упражнять детей в скоростном беге; -учить занимать правильное исходное положение при метании вдаль; - совершенствовать лазание по гимнастической лестнице; - воспитывать бережное отношение к физкультурному инвентарю (уход за инвентарем и его хранение)</p> | | | |
| 30.05. | | <p><u>«На рыбалке»</u> -научить детей прыжку в длину с места; -упражнять детей на дальность правой и левой рукой; -закрепить умение лазать по гимнастической лестнице удобным для ребенка способом; -воспитывать смелость и выдержку в подвижной игре</p> | «Мышки спрятались» | | |

Вторая ранняя группа № 13

Сентябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|-----------------|---|-------------|-----------------------|---|
| 02.09. | «Наша группа» | <p><u>«Пойдем в гости к кукле, зайчику, мишке»</u> -научить детей ходить между предметами и прокатывать мяч одной рукой; 2) -развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве;</p> | «Догонялки» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 6-12 |

| | | | | | |
|--------|--|---|-----------------------|--|--|
| 20.09. | | <p>-научить, детей катать мяч двумя руками; -упражнять в ползании на средних четвереньках; -закрепить умение ходить между предметами; -воспитывать у детей эмоциональное отношение к играм с движениями. <u>«Любимые игрушки»</u> - упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; - упражнять детей в катании мяча двумя руками; - упражнять в ползании на средних четвереньках - закрепить умение ходить между предметами; - воспитывать у детей положительное эмоциональное отношение к играм с движениями</p> | | | |
| 23.09. | | <p><u>«Птички летают»</u> -научить, детей прыгать на двух ногах на месте; -упражнять в прокатывании мяча двумя руками; -закрепить умение ползать на средних четвереньках; -развивать ловкость, координацию движения, умение ориентировать в пространстве; -воспитывать желание выполнять имитационные движения выразительно.</p> | «Птички в гнездышках» | | |
| 27.09. | | <p><u>«Птички летают»</u> - упражнять детей в прыжках на двух ногах на месте;</p> | «Попади в обруч» | | |

| | | | | | |
|-------|--|---|-------------|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в прокатывании мяча, добиваясь сохранения направления движения мяча; - закрепить навык ползания на средних четвереньках; - познакомить с некоторыми особенностями поведения птиц осенью; - вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в игровой деятельности. | | | |
| 30.09 | | <p style="text-align: center;"><u>« В гостях у куклы, зайчика, мишки»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -научить детей ползать на средних четвереньках по прямой; -упражнять в ходьбе между предметами; -закрепить умение прыгать на всей стопе; -закрепить умение ориентироваться в пространстве; -развивать равновесие. | «Догонялки» | | |

Ноябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|-----------------|---|---------------------|-----------------------|---|
| 04.10. | «Осень золотая» | <p style="text-align: center;"><u>«В гостях у кукол»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -познакомить детей с построением в колонну по одному; ходьбой и бегом в колонне по одному; -научить, детей двигаться по ограниченной площади опоры; -упражнять в прыжках на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя; -закрепить навык активного | «Солнышко и дождик» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 14-20 |

| | | | | | |
|--------|--|---|---------------------|--|--|
| 25.10. | | <p>катящимся предметом; -упражнять в прокатывании мяча под дугу; -способствовать развитию творческого воображения; -воспитывать интерес к творческой деятельности.</p> <p><u>«В гостях у зверят»</u></p> <p>-упражнять в ходьбе с предметом по дорожке; -учить, детей ползать за катящимся предметом; -упражнять в прокатывании мяча под дугу; -способствовать развитию творческого воображения; -воспитывать интерес к творческой деятельности.</p> | | | |
| 28.10. | | <p><u>«Пойдем в гости к зверятам»</u></p> <p>-формировать умение бегать в колонне, не отставая и не перегоня товарищей; -научить прыжкам на 2-х ногах с продвижением вперед; -упражнять в ползании за катящимся предметом с ускорением и замедлением темпа; -закрепить навык прокатывания мяча под дугу.</p> | «Волшебная палочка» | | |
| | | | | | |

Декабрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|

| | | | | | |
|--|----------------------------------|---|-------------------|------------------------|---|
| 01.11. 08.11. | «Предметы, которые нас окружают» | <p><u>«Воробушки-попрыгунчики»</u> -научить детей ходьбе по извилистой дорожке; -упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; -закрепить навык ходьбы и бега враспынную; -способствовать развитию прыгучести; воспитывать выразительность при выполнении упражнений.</p> <p><u>«Попрыгунчики»</u> -упражнять детей в ходьбе по извилистой дорожке; -совершенствовать навыки прыжков на двух ногах с продвижением вперед; -закрепить навык ходьбы и бега враспынную; -способствовать развитию прыгучести; воспитывать выразительность при выполнении упражнений.</p> | «Воробушки и кот» | Двигательная , игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 22-30 |
| 11.11. 15.11. | Я и моя семья» | <p><u>«Вместе с мамой»</u> -формировать умение бегать в колонне с ускорением и замедлением; -научить, детей ползать по доске на средних четвереньках; -упражнять в ходьбе по извилистой дорожке; -закрепить умение прыгать на двух ногах на месте; -развивать равновесие и умение ориентироваться в пространстве.</p> <p><u>«Физкульт-ура!»</u> -учить бегать в колонне с ускорением и замедлением; -упражнять детей ползать по доске на средних четвереньках;</p> | «Поезд» | | |

| | | | | | |
|--------|--|---|----------------|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> -упражнять в ходьбе по извилистой дорожке; -закрепить умение прыгать на двух ногах на месте; -развивать равновесие и умение ориентироваться в пространстве. | | | |
| 18.11. | | <p style="text-align: center;"><u>«Путешествие в лес на поезде»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -научить, детей прокатывать мяч друг другу в парах; | «Поезд» | | |
| 22.11. | | <ul style="list-style-type: none"> -упражнять в ползании на средних четвереньках по доске; -закрепить навык ходьбы по извилистой дорожке; -развивать ловкость, координацию движений; -воспитывать стремление выполнять упражнения совместно с товарищем. | «Лесные жучки» | | |
| 25.11. | | <p style="text-align: center;"><u>«Жители леса»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -упражнять, детей прокатывать мяч друг другу в парах; -совершенствовать навыки ползания на средних четвереньках по доске; -закрепить навык ходьбы по извилистой дорожке; -развивать ловкость, координацию движений; -воспитывать стремление выполнять упражнения совместно с товарищем. | «Догони мяч» | | |
| 29.11. | | <p style="text-align: center;"><u>«Путешествие в лес на автобусе»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать навык ходьбы и бега в колонне парами; -научить, детей прыгать вверх, с целью достать предмет; -упражнять в прокатывании мяча друг другу в парах; | | | |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <p>-закрепить умение ползать по доске на четвереньках; -развивать ловкость, координацию движений. интерес к народным играм, самостоятельность при выполнении упражнений.</p> <p><u>«Репка»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей, прыгать на двух ногах с продвижением вперед; - закрепить умение ползать за катящимся мячом; - развивать глазомер при прокатывании мяча между предметами; - вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в игровом занятии; - формировать начальные представления о здоровом образе жизни; - воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности. | | |
|--|---|--|--|

Январь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|-------------------------------------|---|-----------------|-----------------------|---|
| 02.12. | «Зимушка-зима в гости к нам пришла» | <p><u>«Курочка с цыплятками»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать навык ходьбы в парах с высоким подниманием коленей; - научить детей ходить по шнуру прямо; - упражнять в прыжках вверх с места; -укрепить навык катания мяча в парах; - развивать равновесие, быстроту, | «Цыплята и кот» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 31-39 |
| 06.12. | | | | | |

| | | | | | |
|--------|--|---|-------------------------|--|--|
| | | <p>ловкость.</p> <p><u>«Зимушку встречаем»</u></p> <p>-упражнять в ходьбе парами с высоким подниманием коленей (через сугробы);</p> <p>- учить детей ходить по шнуру прямо;</p> <p>- упражнять в прыжках вверх с места;</p> <p>-укрепить навык катания мяча в парах;</p> <p>- развивать равновесие, быстроту, ловкость.</p> | | | |
| 09.12. | | <p><u>«С курочкой и цыплятами»</u></p> <p>-научить, детей подползать под препятствие;</p> <p>-упражнять в ходьбе по шнуру;</p> <p>-закрепить навык энергичного отталкивания в прыжках вверх с места;</p> <p>-развивать ловкость, быстроту, прыгучесть;</p> <p>-воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности.</p> | «Доползи до погремушки» | | |
| 13.12. | | <p><u>«С курочкой и цыплятами»</u></p> <p>-учить, детей подползать под препятствие;</p> <p>-совершенствовать навыки ходьбы по шнуру;</p> <p>-закрепить навык энергичного отталкивания в прыжках вверх с места;</p> <p>-развивать ловкость, быстроту, прыгучесть;</p> <p>-воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности.</p> | | | |
| 16.12. | | <p><u>«Цирк»</u></p> <p>-формировать навык ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки;</p> <p>-научить детей бросать мяч вперед</p> | «Перешагни через палку» | | |

| | | | | | |
|---------------------|-----------------------|--|--------------------------------|--|--|
| 20.12. | «Елка у нас в гостях» | <p>снизу;</p> <ul style="list-style-type: none"> -упражнять в под ползание под препятствие на четвереньках; -закрепить навык ходьбы по шнуру; -развивать равновесие, ловкость; -воспитывать внимательность и умение действовать совместно. <p style="text-align: center;"><u>«Куклы в цирке»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать навык ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки; -научить детей бросать мяч вперед снизу; -упражнять в подползание под препятствие на четвереньках; -закрепить навык ходьбы по шнуру; -развивать равновесие, ловкость; -воспитывать внимательность и умение действовать совместно. | | | |
| 23.12. 27.12 | | <p style="text-align: center;"><u>«Цирк»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -научить, детей спрыгивать со скамейки, добиваясь мягкого приземления; -упражнять детей в бросках мяча вперед снизу; -закрепить навык ползания под препятствие; -развивать координацию движений; ловкость. <p style="text-align: center;"><u>«Курочка с цыпятами»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать навык ходьбы в парах с высоким подниманием коленей; - научить детей ходить по шнуру прямо; - упражнять в прыжках вверх с места; -укрепить навык катания мяча в парах; - развивать равновесие, быстроту, ловкость. | «Лошадки» Цыплята и кот | | |
| 30.12 | | <u>«Праздник»</u> | | | |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> -учить, детей спрыгивать со скамейки, добиваясь мягкого приземления; -формировать навыки броска мяча вперед снизу; -закрепить навык ползания под препятствие. | | | |
|--|--|---|--|--|--|

Февраль

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|------------------------|---|--------------|-----------------------|---|
| 10.01. | «Зимние игры и забавы» | <p style="text-align: center;"><u>«В магазин игрушек на автомобиле»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -научить, детей перешагивать через препятствия; -упражнять детей в спрыгивании с высоты; -закрепить навык броска мяча вперед снизу; -развивать равновесие, ловкость; -воспитывать выносливость. | «Автомобили» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 40-43 |
| 13.01. | | <p style="text-align: center;"><u>«В магазин игрушек на автомобиле»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -продолжать учить перешагивать через препятствия; -упражнять детей в спрыгивании с высоты; -закрепить навык броска мяча вперед снизу; -развивать равновесие, ловкость; -воспитывать выносливость. | | | |
| 17.01. | | <p style="text-align: center;"><u>В магазин игрушек на самолете»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -научить детей, проползать между ножками стула; -упражнять в перешагивании через препятствие; -закрепить навык мягкого спрыгивания с высоты; | | | |

| | | | | | |
|--------|----------------------|--|---------------------------|--|--|
| 20.01. | «Природа вокруг нас» | <p>-развивать ловкость, равновесие.</p> <p><u>В магазин игрушек на самолете»</u></p> <p>-формировать навыки проползания между ножками стула;</p> <p>-упражнять в перешагивании через препятствие;</p> <p>-закрепить навык мягкого спрыгивания с высоты;</p> <p>-развивать ловкость, равновесие.</p> | | | |
| 24.01. | | <p><u>«Мой веселый звонкий мяч»</u></p> <p>- формировать у детей навык ходьбы и бега с остановкой по сигналу;</p> <p>-научить детей бросать мяч от груди;</p> <p>-упражняться в ползании между ножками стула;</p> <p>- закрепить навык перешагивания через препятствия;</p> <p>- развивать ловкость.</p> | «Мой веселый звонкий мяч» | | |
| 27.01. | | <p><u>«Мой веселый звонкий мяч»</u></p> <p>-научить детей, выполнять активное отталкивание в прыжках через палочку;</p> <p>-упражнять в бросках мяча от груди;</p> <p>-закрепить умение проползать под препятствием;</p> <p>-развивать ловкость, прыгучесть, координацию движения</p> | | | |
| 31.01 | | <p><u>«Горшок каши»</u></p> <p>- совершенствовать умение бегать в рассыпную;</p> <p>- закрепить навык подлезания под препятствием;</p> <p>- вызвать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и</p> | | | |

| | | | | | |
|--|--|---------------------------|--|--|--|
| | | желание в нем участвовать | | | |
|--|--|---------------------------|--|--|--|

Март

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|---------------------------|--|--------------------|-----------------------|---|
| 3.02. | «Наши игрушки. Транспорт» | <u>«Мыши и кот Васька»</u> -научить детей ходьбе из обруча в обруч; -упражнять в прыжках через шнур, уделяя внимание мягкому приземлению; -закрепить навык броска от груди; -познакомить детей с выполнением упражнений в роли; -развивать равновесие, ловкость; | «Кот и мыши» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 48-55 |
| 7.02. | | <u>«Забавные зверята»</u> -способствовать освоению детей в ходьбе из обруча в обруч; -упражнять в прыжках через шнур, уделяя внимание мягкому приземлению; -закрепить навык броска от груди; -познакомить детей с выполнением упражнений в роли; -развивать равновесие, ловкость; | | | |
| 0.02. | | <u>«Забавные игрушки»</u> -научить детей, перелезать через бревно боком; -упражнять в ходьбе из обруча в обруч; -закрепить навык прыжка в длину с места, уделяя | "Найди свой домик" | | |

| | | | | | |
|-------|---------------------------------------|--|--|--|--|
| 4.02. | | <p>внимание взмаху руками при отталкивании; -развивать ловкость; координацию движений; выразительность имитационных движений. <u>«Вместе веселее»</u> - упражнять детей в перелезании через бревно боком; - упражнять в ходьбе из обруча в обруч; - закрепить умение выполнять прыжок в длину с места, координируя движения рук и ног; - развивать равновесие, ловкость; - развивать умение ориентироваться в пространстве</p> | | | |
| 7.02. | «Папа, мама, я – дружная семья» | <p><u>«На помощь Колобку»</u> -познакомить детей с выполнением имитационных движений по сюжету сказки; -научить бросать мяч из-за головы двумя руками; -упражнять в перелезании через бревно; -закрепить навык ходьбы из обруча в обруч; -закрепить умение бегать с ускорением и замедлением; -развивать выносливость.</p> | « Где звенит?» | | |
| 1.02. | | <p><u>« Приключения»</u> - вызвать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нем; - упражнять детей прыжкам со сменой положения ног;</p> | «Волшебная дудочка». «Забрось мяч в корзину». | | |

| | | | | | |
|-------|--|---|--|--|--|
| 8.02. | | <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать умение бросать мяч вперед вдаль разными способами; - закрепить умение перелезть через препятствие; - развивать равновесие в ходьбе по шнуру <p style="text-align: center;"><u>«Волк и семеро козлят»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -вызвать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нем; -научить детей прыжкам со сменой положения ног; -совершенствовать умение бросать мяч вперед, вдаль разными способами. -закрепить умение перелезть через препятствие; -развивать равновесие в ходьбе по шнуру. | | | |
|-------|--|---|--|--|--|

Апрель

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|---------------------------------|--|-----------|-----------------------|---|
| 04.04. | «Весна красна. Птицы прилетели» | <p style="text-align: center;"><u>«Поиграем с солнечным зайчиком»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать навык ходьбы с дополнительным заданием; -научить детей активному замаху руками при броске мяча из-за головы через шнур; -упражнять детей в прыжках со сменой положения ног; -развивать равновесие в ходьбе со ступа на ступ; | «Великан» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 64-70 |
| 07.04. | | <ul style="list-style-type: none"> -способствовать тренировке | «Зайка» | | |

| | | | | | |
|--------|------------------------------|---|------------|--|--|
| | | <p>выносливости.</p> <p><u>«Вместе с солнечным зайчиком»</u></p> <p>-упражнять в ходьбе с дополнительным заданием;</p> <p>-учить детей активному замаху руками при броске мяча из-за головы через шнур;</p> <p>-закреплять навыки прыжков со сменой положения ног;</p> <p>-развивать равновесие в ходьбе со ступа на ступ;</p> <p>- воспитывать стремление преодолевать трудности</p> | | | |
| 11.04. | | <p><u>«Как попасть к солнечному зайчику?»</u></p> <p>-научить детей, лазать по лестнице;</p> <p>-закрепить умение детей в прыжках со сменой положения ног;</p> <p>-упражнять в ходьбе со ступа на ступ;</p> <p>-развивать ловкость, равновесие, координацию движений;</p> <p>-воспитывать интерес к подвижным играм.</p> | «Птичка» | | |
| 14.04. | | <p><u>«Весенний ласковый зайчик»</u></p> <p>-научить детей, лазать по лестнице;</p> <p>-закрепить умение детей в прыжках со сменой положения ног;</p> <p>-упражнять в ходьбе со ступа на ступ;</p> <p>-развивать ловкость, равновесие, координацию движений;</p> <p>-воспитывать интерес к подвижным играм.</p> | «Гуси» | | |
| 18.04. | «Веселые истории. Книжки для | <p><u>«Волшебная палочка – скакалочка»</u></p> <p>-совершенствовать ползание по</p> | «Лошадки». | | |

| | | | | | |
|--------|----------|--|------------|--|--|
| 21.04. | малышей» | <p>гимнастической скамейке;</p> <ul style="list-style-type: none"> - учить метать мяч вдаль от груди; -упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз; -упражнять в прыжках в длину с места на двух ногах; -способствовать развитию чувства равновесия, ловкости и смелости. <p style="text-align: center;"><u>«Поиграем с волшебной палочкой»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - учить ползать по гимнастической скамейке; - упражнять метать мяч вдаль от груди; -упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз; - способствовать тренировке выносливости; - вызвать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нем | | | |
| 25.04. | | <p style="text-align: center;"><u>«Волшебная палочка – скакалочка»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать навык ходьбы приставным шагом; -научить детей бросать предметы в горизонтальную цель одной рукой; -закрепить навык лазания по лестнице; -развивать выносливость, воображение, ловкость; -воспитывать бережное отношение к физкультурному инвентарю, умение ухаживать за инвентарем и хранить его. <p style="text-align: center;"><u>«Палочка – скакалочка»</u></p> | «Зернышко» | | |
| 28.04. | | | | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> -упражнять в ходьбе приставным шагом; -учить детей бросать предметы в горизонтальную цель одной рукой; -закрепить навык лазания по лестнице; -развивать выносливость, воображение, ловкость; -воспитывать бережное отношение к физкультурному инвентарю, умение ухаживать за инвентарем и хранить его. | | | |
| | | | | | |

Май

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|--------|-----------------------------|---|---------------------|-----------------------|--|
| 02.05. | «Мир игры. Весенние забавы» | <p style="text-align: center;"><u>«На солнечной полянке»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать представление о смыкании и размыкании обычным шагом; -познакомить с бегом, догоняя убегающего; - научить детей, подниматься на возвышение; -развивать координацию при выполнении бокового галопа; -развивать глазомер в бросках предметов в цель двумя руками | «Солнышко и дождик» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.71-78 |
| 05.05. | | <p style="text-align: center;"><u>«На полянке»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -учить смыкаться и размыкаться обычным шагом; -продолжать знакомить с бегом, догоняя убегающего; - учить детей, подниматься на возвышение; | | | |

| | | | | | |
|--------|----------------------|---|--------------------------|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> -развивать координацию при выполнении бокового галопа; -развивать глазомер в бросках предметов в цель двумя руками - воспитывать стремление преодолевать трудности | | | |
| 12.05. | | <p style="text-align: center;"><u>«Зеленая полянка»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать умение убежать от догоняющего; -упражнять детей в лазании по гимнастической лестнице; -развивать равновесие, поднимаясь на возвышение; -воспитывать у детей самостоятельность при выполнении знакомого упражнения | «Угадай, где спрятано» | | |
| 16.05. | «Природа вокруг нас» | <p style="text-align: center;"><u>«Берегите лес»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать умение убежать от догоняющего; -упражнять детей в лазании по гимнастической лестнице; -развивать равновесие, поднимаясь на возвышение; -воспитывать у детей интерес к физическим упражнениям; - развивать координационные способности | «В гости к зверушкам» | | |
| 23.05. | | <p style="text-align: center;"><u>«На рыбалку»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать у детей представление о скоростном беге; -научить занимать правильное исходное положение при метании вдаль; - совершенствовать лазание по гимнастической лестнице; - закрепить навыки поднимания на | «Воробышки и автомобиль» | | |

| | | | | | |
|--------|--|---|--------------------|--|--|
| 26.05. | | <p>возвышение и спуск с него; - развивать равновесие, ловкость, глазомер <u>«Золотые рыбки»</u> -упражнять детей в скоростном беге; -учить занимать правильное исходное положение при метании вдаль; - совершенствовать лазание по гимнастической лестнице; - воспитывать бережное отношение к физкультурному инвентарю (уход за инвентарем и его хранение)</p> | | | |
| 30.05. | | <p><u>«На рыбалке»</u> -научить детей прыжку в длину с места; -упражнять детей на дальность правой и левой рукой; -закрепить умение лазать по гимнастической лестнице удобным для ребенка способом; -воспитывать смелость и выдержку в подвижной игре</p> | «Мышки спрятались» | | |

Перспективно-тематическое планирование в средней группе №17

Сентябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности и | Литература |
|-------|-----------------|--------------------------------|------|---------------------|------------|
|-------|-----------------|--------------------------------|------|---------------------|------------|

| | | | | | |
|-------|------------------|--|-----------------------------|-----------------------|---|
| 06.09 | «Я и мои друзья» | <p align="center"><u>«Прогулка в осенний лес»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ходить по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы; - упражнять в прыжках на 2-х ногах с поворотом вокруг себя и со сменой положения ног; - развивать глазомер при прокатывании мяча между предметами; - развивать умение ориентироваться в пространстве; - воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности. | «Перелет птиц» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 180 |
| 07.09 | | <p align="center"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол; -учить вести мяч по прямой, вокруг обруча, останавливать движущийся мяч ногой; -учить игровому взаимодействию. | «Мой веселый и звонкий мяч» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 63 |
| 13.09 | | <p align="center"><u>«Экскурсия в лес на поезде»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить ползанию на средних и низких четвереньках по прямой; - упражнять в беге с изменением темпа движения; - закрепить навык прыжков на месте, добываясь их ритмичности; - развивать равновесие в ходьбе по извилистой дорожке с перешагиванием предметов; | «Птицы и лиса» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 183 |

| | | | | | |
|-------|--------------------|---|---------------------------|--|---|
| 14.09 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол; - учить вести мяч по прямой, вокруг обруча, останавливать движущийся мяч ногой; - учить игровому взаимодействию. | «Мой веселый звонкий мяч» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 63 |
| 20.09 | «Моя малая родина» | <p>«На день рождения куклы Алины»</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать навык бега, взявшись за одну руку (цепочкой); - научить детей катать обруч в парах; - упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая перед собой мяч; - развивать равновесие в ходьбе и беге по наклонной доске; - воспитывать интерес к двигательной деятельности. | «Подарки» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.185 |
| 21.09 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол; - учить вести мяч по прямой, вокруг обруча, останавливать движущийся мяч ногой; - учить игровому взаимодействию. | «Мой веселый звонкий мяч» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 63 |

| | | | | | |
|-------|--|---|-----------------|--|---|
| 27.09 | | <p>«На именины к Винни Пуху»</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать навык ходьбы с закрытыми глазами; - научить детей перепрыгивать через препятствия двумя ногами; - способствовать совершенствованию глазомера при прокатывании обруча между предметами; - развивать ловкость при ползании на средних четвереньках, прокатывая мяч головой; - воспитывать внимательность при выполнении заданий. | «Кто ушел» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 187 |
| 28.09 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать представления об элементах техники игры в футбол; - развивать координационные способности точность, выносливость; - воспитывать желание играть вдвоем, втроем. | «Мяч под сетку» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 64 |

Октябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|------------------|---|------------|-----------------------|---------------------------------|
| 04.10 | «Осень. Осеннее» | <p>«На именины к Винни Пуху»</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать навык ходьбы с закрытыми глазами; - научить детей перепрыгивать через | «Кто ушел» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные |

| | | | | | |
|-------|-------------|---|----------------------|--|---|
| 05.10 | настроение» | <p>препятствия двумя ногами; - способствовать совершенствованию глазомера при прокатывании обруча между предметами; - развивать ловкость при ползании на средних четвереньках, прокатывая мяч головой; - воспитывать внимательность при выполнении заданий.</p> <p style="text-align: center;"><u>«Карусель»</u></p> <p>- формировать умение ходить со сменой направления по зрительному ориентиру; - научить детей ходить по шнуру; - упражнять в прыжках на одной ноге; - развивать ловкость, точность движений; - активизировать словарь детей; - формировать у детей представления о нравственных нормах отношений с окружающими; - воспитывать умение совместно выполнять упражнения, прокатывая обручи между предметами.</p> | «Карусель» | | <p>занятия в детском саду, стр. 187</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 189</p> |
| 11.10 | | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- формировать представления об элементах техники игры в футбол; - развивать координационные способности точность, выносливость; - воспитывать желание играть вдвоем, втроем.</p> | «Мяч под сетку» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова |
| 12.10 | | <p style="text-align: center;"><u>«Карусель»</u></p> <p>- формировать умение бегать с поворотом кругом, не наталкиваясь друг на друга; - научить детей ползать на животе по скамейке, подтягиваясь руками; - совершенствовать навык ходьбы по шнуру; - закреплять умение легко и пружинисто</p> | «Огуречик, огуречик» | | стр.64 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. |

| | | | | | |
|-------|------------------|---|------------------|--|---|
| | | <p>выполнять прыжки; - развивать ловкость, силу мышц рук, быстроту</p> | | | 192 |
| 18.10 | «Мир вокруг нас» | <p><u>ОД традиционная структура</u> Способствовать освоению детьми умений: - бегать с ускорением, сочетать бег с подскоками; - ходить по скамейке, перешагивая через предметы попеременным способом; - прыгать на двух ногах из обруча в обруч без остановки; - лазать по гимнастической стене вверх и вниз; - воспитывать желание соблюдать правила в подвижных играх.</p> | «Пилоты» | | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.120 |
| 19.10 | | <p><u>«Цирк»</u> - формировать у детей умение перестраиваться в колонну по два с места; - научить прокатывать мяч друг другу двумя руками и одной; - упражнять в ползании по скамейке на животе, подтягиваясь руками; - развивать равновесие в ходьбе по шнуру</p> | «Поймай бабочку» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 195 |
| 25.10 | | <p><u>ОД традиционная структура</u> Способствовать освоению детьми умений: -катать обруч друг другу; - метать мяч в вертикальную цель; - бросать мяч об пол и ловить его; - развивать координацию движений в процессе действий с мячом и обручем.</p> | «Догони меня» | | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного |

| | | | | | |
|-------|--|--|-------------------------------|--|--|
| 26.10 | | <p align="center"><u>«Цирк»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать навык бега мелким и широким шагом; - научить выполнять прямой галоп; - упражнять в прокатывании мяча из разных исходных положений; - развивать силу мышц рук, ползая по скамейке на животе; - развивать глазомер, умение ориентироваться в пространстве; - воспитывать выразительность при выполнении имитационных движений; - воспитывать культуру общения. | «Найди, где спрятана игрушка» | | <p>го возраста, стр.124</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 197</p> |
| | | | | | |

Ноябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|--|-------------------|-----------------------|---|
| 01.11 | «Мир игры» | <p align="center"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -сесть на мяч-хопп, покачаться; -прыжки по всему залу на мяче-хоппе; -броски мяча вдаль двумя руками из-за головы; -броски мяча вдаль двумя руками от груди; -броски мяча через сетку любым способом. | «Найди себе пару» | Двигательная, игровая | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.124 |

| | | | | | |
|-------|--|--|---------------------|--|---|
| 02.11 | | <p><u>«Путешествие на волшебный остров»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение бегать враспынную с остановкой по сигналу; - научить детей ходить по доске с мешочком на голове; - упражнять в выполнении прямого галопа; - развивать ловкость, глазомер, равновесие; - воспитывать интерес к двигательной деятельности. | «Кролики» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 199 |
| 08.11 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>способствовать освоению детьми умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прыгать с высоты 20-30 см; - проползать на животе под скамейкой; - перешагивать через кубы, через рейки лестницы; - развивать умение ориентироваться в пространстве; - побуждать детей к самостоятельному проведению игр и упражнений. | «Еж с ежатами» | | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.129 |
| 09.11 | | <p><u>«Путешествие на волшебный остров»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение перестраиваться из колонны по 1 в колонну по 3 с места; - научить детей подлезать под препятствие боком; - упражнять в ходьбе и беге с выполнением дополнительных заданий; - упражнять в ходьбе с мешочком на голове; - развивать ловкость и координацию движений, умение быстро реагировать на сигнал. | «У медведя во бору» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 202 Анисимова М.С., |

| | | | | | |
|-------|------------------------------------|---|-----------------------|--|---|
| 15.11 | «День матери. Моя любимая мамочка» | <p><u>ОД традиционная структура</u> способствовать освоению детьми умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> -лазать по наклонной лестнице, держась руками за перекладины; -прыгать через 2-3 последовательно расположенных предмета; -ходить вверх и вниз по наклонной доске. | «Перелет птиц» | | Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.129 |
| 16.11 | | <p><u>«В гости к Айболиту на автомобиле»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ходить и бегать со сменой ведущего; - продолжать знакомить детей со свойствами мяча в упражнениях с ним; - упражнять в подлезании под препятствие; - развивать равновесие в ходьбе по доске с усложнением; - воспитывать у детей интерес к сюжетно-ролевым играм по правилам дорожного движения | «Цветные автомобили». | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 205 |
| 22.11 | | <p><u>ОД традиционная структура</u> способствовать освоению детьми умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> -метать мяч в вертикальную и горизонтальную цели; -прыгать на мяче-хоппе; -бросать мяч о стену и ловить его | «Медведь» | | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.131 |

| | | | | | |
|-------|--|---|-------------------------|--|---|
| 23.11 | | <p align="center"><u>«В гостях у Айболита»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей прыгать вверх из глубокого приседа; - совершенствовать умение владеть мячом; - закрепить навык подлезания под препятствие; - развивать скоростно-силовые качества, ловкость, точность движений. | «Цветные автомобили» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 208 |
| 29.11 | | <p align="center"><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>способствовать освоению детьми умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> -бросать мяч в парах разными способами (от груди, снизу); -катать мяч друг другу из разных исходных положений (сидя, лежа на животе и др.) | «Цветные автомобили» | | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.131 |
| 30.11 | | <p align="center"><u>«В гостях у Айболита»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей прыгать вверх из глубокого приседа; - совершенствовать умение владеть мячом; - закрепить навык подлезания под препятствие; - развивать скоростно-силовые качества, ловкость, точность движений. | «Пере мыл я всю посуду» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 208 |

Декабрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|

| | | | | | |
|-------|---------------|---|-------------------|-----------------------|---|
| 06.12 | «Начало зимы» | <p align="center"><u>«Магазин игрушек»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение перестраиваться в колонну по 3 в движении; - научить детей ходьбе по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь; - упражнять в прыжках из глубокого приседа; - развивать ловкость; - воспитывать стремление выполнять упражнения, используя творческое воображение | «Магазин игрушек» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 210 |
| 07.12 | | <p align="center"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей со стойкой хоккеиста; - учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее, закрепить навык передачи шайбы в парах; - воспитывать уверенность в своих действиях, активность, инициативность в игре. | «Снайперы» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 90 |
| 13.12 | | <p align="center"><u>«Магазин игрушек»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ходить в парах и быстро находить свою пару; - научить детей пролезать между рейками лестницы, поставленной на бок, на четвереньках; - развивать скоростно-силовые качества, равновесие; - воспитывать умение выполнять упражнения в паре. | «Птички и кошка» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 212 |

| | | | | | |
|-------|----------------------------|---|-----------------------|--|--|
| 14.12 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей со стойкой хоккеиста; - учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее, закрепить навык передачи шайбы в парах; - воспитывать уверенность в своих действиях, активность инициативность в игре. | «Снайперы» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 90 |
| 20.12 | | <p><u>«Пожарные на учениях»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей отбивать мяч о пол, стоя на месте; - упражнять в пролезании между рейками лестницы, поставленной на бок, на низких четвереньках; - развивать равновесие в ходьбе по доске, сходясь и расходясь при встрече; - способствовать развитию ловкости, быстроты; - воспитывать внимательность при выполнении двигательной деятельности | «Пожарные на учениях» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 215 |
| 21.12 | «К нам приходит Новый год» | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей со стойкой хоккеиста; - учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее, закрепить навык передачи шайбы в парах; - воспитывать уверенность в своих действиях, активность инициативность в игре. | «Снайперы» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 90 |
| 27.12 | | <p><u>«Пожарные на учениях»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение бегать с преодолением препятствий; - научить детей прыжкам с продвижением вперед через предметы; | «Пожарные на учениях» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в |

| | | | | | |
|-------|--|---|----------------|--|---|
| | | - упражнять в отбивании мяча о пол на месте; - развивать ловкость при пролезании под препятствием на низких четвереньках; - способствовать развитию скоростных качеств в беге. | | | детском саду, стр. 217 |
| 28.12 | | <u>ОД традиционная структура</u> - расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой; - совершенствовать ведение шайбы; - учить забивать шайбу в ворота, обеспечить соблюдение правил безопасной игры. | «Зайцы и волк» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 91 |

Январь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------------|---|--------------|-----------------------|--|
| 10.01 | «Рождественское чудо» | <u>ОД традиционная структура</u> -отбивать мяч на месте правой и левой рукой поочередно; -отбивать мяч двумя руками в движении; -бросать мяч: об пол в движении; в корзину двумя руками от груди | «Воробы» | Двигательная, игровая | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.142 |
| 11.01 | | <u>«Зимние забавы»</u> - формировать навык перестроения из 2-х колонн в две шеренги; | «Снежиночки» | | Литвинова О.М. Физкульту |

| | | | | | |
|-------|------------------|--|------------------------------|--|--|
| 17.01 | | <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в беге навстречу друг другу, не наталкиваясь; - развивать глазомер в метании в цель; - способствовать развитию прыгучести и тренировке вестибулярного аппарата. <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой; - совершенствовать ведение шайбы, учить забивать шайбу в ворота, обеспечить соблюдение правил безопасной игры. | пушин очки» | | <p>рные занятия в детском саду, стр. 219</p> <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 91</p> |
| 18.01 | «Зимовье зверей» | <p style="text-align: center;"><u>«Зимние забавы – занятие-игра»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать навык размыкания на вытянутые руки вперед и в стороны; - упражнять детей в прыжках с высоты; - развивать ловкость в подбрасывании мяча и ловле его; - развивать силу мышц рук, лазая по лестнице | «Перелет птиц» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 222 |
| 24.01 | | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой; - совершенствовать ведение шайбы; - учить забивать шайбу в ворота, обеспечить соблюдение правил безопасной игры. | «Зайцы и волк» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 91 |
| 25.01 | | <p style="text-align: center;"><u>«Путешествие в зоопарк»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать навык ходьбы и бега с преодолением препятствий; - научить детей метать предметы в горизонтальную цель одной рукой; - упражнять детей в перелезании через | «Загадай, отгадай и повтори» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском |

| | | | | | |
|-------|--|---|--------------------|--|--|
| 31.01 | | <p>препятствие; - закрепить умение ходить по наклонной доске; - развивать имитационные способности.</p> <p><u>ОД традиционная структура</u> Способствовать освоению детьми умений: -бросать мяч через сетку вдаль двумя руками разными способами (из-за головы, от груди); -прыгать на мяче-хопке по ориентирам.</p> | «Веселые зайчат а» | | <p>саду, стр. 225</p> <p>Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.146</p> |
|-------|--|---|--------------------|--|--|

Февраль

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------------|--|--------------------|-----------------------|--|
| 01.02 | «Большие и маленькие» | <p><u>«В гости к Красной Шапочке»</u> - формировать умение выполнять повороты кругом, переступая на месте; - упражнять детей в ходьбе и беге по наклонной доске; - совершенствовать навык энергичного отталкивания в прыжках вверх с места с касанием предмета рукой; - развивать глазомер в метании в горизонтальную цель; - способствовать развитию равновесия и ловкости</p> | «Мыш и в кладовой» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 232 |

| | | | | | |
|-------|--|---|---------------------|--|---|
| 07.02 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой; - совершенствовать ведение шайбы; - учить забивать шайбу в ворота, обеспечить соблюдение правил безопасной игры. | «Зайцы и волк» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 91 |
| 08.09 | | <p><u>«В гости к Красной Шапочке»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ползать на средних и низких четвереньках по доске; - развивать ловкость и равновесие в ходьбе, беге и прыжках по наклонной доске; - закрепить навык энергичного отталкивания в прыжках вверх; - воспитывать смелость и внимательность. | «Подбрось-поймай» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 235 |
| 14.02 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>Способствовать освоению детьми умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> -прыгать в длину через 4-6 последовательно расположенных линий; -ползать по скамейке на четвереньках. | «Мы-веселые ребята» | | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.149 |

| | | | | | |
|-------|-----------------------|---|-----------------------|--|---|
| 15.02 | «Защитники Отечества» | <p>«Мой веселый звонкий мяч»</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять активный замах при бросках мяча из-за головы через шнур; - упражнять детей в прыжках на месте с мячом между коленями, добиваясь пружинистых движений; - развивать равновесие, ловкость; - воспитывать у детей интерес к играм с мячом | «Юла» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 238 |
| 21.02 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>Способствовать освоению детьми умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> -прыгать на мяче-хоппе «змейкой» между предметами; -мететь в горизонтальную (расстояние 2-2.5 м) и вертикальную (расстояние 1,5 – 2 м) цели; -бросать мяч о стену двумя руками и ловить его; -развивать глазомер,гибкость,ловкость | «Ловишки с ленточкой» | | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.149 |
| 22.02 | | <p>«Мой веселый звонкий мяч»</p> <ul style="list-style-type: none"> -научить детей ходьбе по скамейке с выполнением дополнительных заданий; -упражнять в бросках мяча через препятствие, формируя у них представление об исходном положении; -способствовать укреплению мышц ног в прыжках; -воспитывать внимательность и волевое качество - выдержку | «Найди и промолчи» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 240 |

| | | | | | |
|-------|--|---|--------|--|--|
| 28.02 | | <p><u>ОД традиционная структура</u> Способствовать освоению детьми умений: -бросать об пол и ловить его; -отбивать мяч одной и двумя руками, стоя на месте; -отбивать мяч любым способом в движении; -бросать мяч в корзину двумя руками способом от груди</p> | «Жуки» | | <p>Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.162</p> |
|-------|--|---|--------|--|--|

Март

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|

| | | | | | |
|-------|--------------------|--|---------------------|-----------------------|--|
| 01.03 | «Поздравляем мам». | <p><u>«Волшебная палочка-выручалочка»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -познакомить детей со свойствами гимнастической палки и упражнениями с ней; - научить детей прыгать на одной ноге на месте; - упражнять в перестроении из колонны по 1 в колонну по 2 в движении; - закрепить умение бросать мяч через шнур, добиваясь высокой траектории полета мяча | «Пастух и стадо» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 242 |
| 07.03 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол; - создавать общее представление о действиях в игре; - воспитывать целеустремленность, желание достичь положительного результата; - развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, внимание. | «Не урони!» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 118 |
| 14.03 | «Весна пришла» | <p><u>«Волшебная палочка-выручалочка»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в лазании по гимнастической лестнице удобным способом; - развивать равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке; - развивать ловкость и координацию в прыжках в высоту; - способствовать тренировке выносливости; - воспитывать интерес к занятиям физкультурой. | «Подбрось – поймай» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 245 |
| 15.03 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с названием и инвентарем для игры в | «Не урони!» | | «Играйте на здоровье» |

| | | | | | |
|-------|--|---|---------------|--|---|
| 21.03 | | <p>баскетбол; - создавать общее представление о действиях в игре; - воспитывать целеустремленность, желание достичь положительного результата; - развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, внимание.</p> <p style="text-align: center;"><u>«Автомобилисты»</u></p> - научить метать предметы на дальность; - развивать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; - развивать координацию движений при лазании по гимнастической стенке; - воспитывать собранность и внимательность при выполнении заданий по зрительному сигналу | «Скок-поскок» | | <p>Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 118</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 248</p> |
| 22.03 | | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> - продолжать знакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол; - создавать общее представление о действиях в игре; - воспитывать целеустремленность, желание достичь положительного результата; - развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, внимание. | «Не урони!» | | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 118</p> |
| 28.03 | | <p style="text-align: center;"><u>«Автомобилисты»</u></p> - формировать навык остановки на звуковой сигнал в ходьбе; - научить детей выполнять прыжок в высоту с места; - совершенствовать замах и активный | «Такси» | | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском</p> |

| | | | | | |
|-------|--|---|----------------------|--|--|
| 29.03 | | <p>бросок при выполнении метания на дальность;</p> <ul style="list-style-type: none"> - способствовать воспитанию выносливости в беге; - воспитывать смелость, лазая по гимнастической стенке. <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол; - продолжать формировать навык передачи, ловли, ведения мяча; - создавать ситуации, побуждающие к коллективным действиям с мячом; - развивать точность, ловкость, глазомер. | «Чье звено быстрее?» | | <p>саду, стр. 251</p> <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 118</p> |
|-------|--|---|----------------------|--|--|

Апрель

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-------------------------|--|---------------------|-----------------------|---|
| 04.04 | «Тайна третьей планеты» | <p style="text-align: center;"><u>«Веселые туристы»</u></p> <p>формировать представление о перестроении из колонны по 1 в колонну по 4;</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить ходьбе по наклонной доске с дополнительными заданиями для рук; - упражнять в прыжках в высоту с места, добываясь координации движений при | «Не забегай в круг» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 253 |

| | | | | | |
|-------|--|--|----------------------|--|--|
| 05.04 | | <p>взмахе руками и толчке ногами; - развивать глазомер при метании вдаль; - способствовать развитию быстроты</p> <p><u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол; - продолжать формировать навык передачи, ловли, ведения мяча; - создавать ситуации, побуждающие к коллективным действиям с мячом; - развивать точность, ловкость, глазомер.</p> | «Чье звено быстрее?» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 119 |
| 11.04 | | <p><u>«Веселые туристы»</u> - формировать умение перестраиваться из колонны по 1 в колонну по 4 в движении; - научить детей лазать по лестнице с переходом с пролета на пролет; - развивать равновесие в ходьбе по наклонной доске и при выполнении упражнений после ходьбы; - закрепить умение выполнять прыжок через препятствие легко и пружинисто.</p> | «Скок-поскок» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 256 |
| 12.04 | | <p><u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол; - продолжать формировать навык передачи, ловли, ведения мяча; - создавать ситуации, побуждающие к коллективным действиям с мячом; - развивать точность, ловкость, глазомер.</p> | «Чье звено быстрее?» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 119 |

| | | | | | |
|-------|--|---|-----------------------------|--|---|
| 18.04 | «Скворцы прилетели, на крыльях весну принесли» | <p><u>«На помощь к трем поросятам»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -научить детей метать в горизонтальную цель (способом сверху); - упражнять в лазании по лестнице, с переходом с пролета на пролет; - развивать равновесие, выполняя ходьбу по наклонной доске с перешагиванием через предметы; - воспитывать творческое воображение при выполнении физкультурных упражнений | «Нам не страшен серый волк» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 258 |
| 19.04 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>Способствовать освоению детьми умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> -катать обруч друг другу; -бросать мяч вверх и ловить его в движении; -метать мяч в вертикальную цель; -развивать вестибулярный аппарат, глазомер, ловкость, внимание | «Карусель» | | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.170 |
| 25.04 | | <p><u>«В гости к трем поросятам»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять прыжки через короткую скакалку, неподвижно висящую над полом; - совершенствовать умение метать в горизонтальную цель; - упражнять в лазании по лестнице с пролета на пролет; - способствовать развитию умения ориентироваться в пространстве | «Зайка серый умывается» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 261 |

| | | | | | |
|-------|--|---|----------------------|--|--|
| 26.04 | | <p><u>ОД традиционная структура</u> Способствовать освоению детьми умений: -бросать мяч вдаль разными способами (из-за головы, от груди); -бросать мяч через сетку любым способом; -бросать мяч в стену и ловить его; -прыгать на мяче - хоппе</p> | «Цыплята на полянке» | | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.170 |
|-------|--|---|----------------------|--|--|

Май

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|---|----------------------|-----------------------|--|
| 02.05 | «День Победы» | <p>«На солнечной полянке» - формировать представление о равнении по ориентиру и выполнять команду: «Равняйся!», «Смирно!»; - научить детей ходить по наклонной доске со взмахами рук; - упражнять в прыжках через короткую скакалку; - закрепить умение метать в горизонтальную цель; - развивать умение ориентироваться в пространстве.</p> | «Раз, два, три, ищи» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 263 |
| 03.05 | | <u>ОД традиционная структура</u> | «Попа | | «Играйте |

| | | | | | |
|-------|--|--|-------------------------------------|--|--|
| 10.05 | | <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с площадкой для игры «городки»; - закрепить способы построения простых фигур, познакомить с новыми фигурами; - отрабатывать энергичное отталкивание в прыжках; - формировать технику метания биты способом «от плеча»; - учить правилам безопасной игры; - воспитывать интерес к русским народным играм; - развивать координацию движений, точность. <p style="text-align: center;">«На солнечной полянке»</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ходить спиной вперед; - научить детей перелезать через верхнюю планку лестницы-стремянки; - развивать равновесие в ходьбе по наклонной доске с поворотом вокруг себя на середине; - способствовать развитию умения ориентироваться в пространстве и быстроты движений; - закрепить умение прыгать через короткую скакалку, добиваясь ритмичности и многократности прыжков. | <p>ди в брусок»</p> <p>«Прятки»</p> | | <p>на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 103</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 266</p> |
|-------|--|--|-------------------------------------|--|--|

| | | | | | |
|-------|------------------|---|---------------------|--|--|
| 16.05 | «Мир вокруг нас» | <p align="center"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с площадкой для игры, инвентарем для игры (городки, биты); - повторить названия и построение фигур; - формировать технику правильного броска биты; - закрепить технику выполнения бега «змейкой», прыжков, ходьбы на четвереньках; - развивать координацию движений, воображения. | «Кто дальше?» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 103 |
| 17.05 | | <p align="center">«Поиграй-ка, поиграй-ка, наш веселый стадион»</p> <ul style="list-style-type: none"> - учить детей метать в вертикальную цель; - развивать равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы; - развивать скоростные качества в беге; - воспитывать смелость при перелезании через лесенку-стремянку | «Мы веселые ребята» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 269 |
| 23.05 | | <p align="center"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с площадкой для игры, инвентарем для игры (городки, биты); - повторить названия и построение фигур; - формировать технику правильного броска биты; - закрепить технику выполнения бега «змейкой», прыжков, ходьбы на четвереньках; | «Кто дальше?» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 103 |

| | | | | | |
|-------|--|---|-------------------|--|---|
| 24.05 | | <p>- развивать координацию движений, воображения.</p> <p>«Поиграй-ка, поиграй-ка, наш веселый стадион»</p> <p>-научить детей прыжку в длину с места; -упражнять в метании в вертикальную цель; -закрепить умение лазать по лестнице в усложненных условиях; -развивать ловкость, быстроту реакции; -воспитывать умение действовать коллективно</p> | «Мяч через сетку» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 271 |
| 30.05 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- продолжать знакомить детей с площадкой для игры, инвентарем для игры (городки, биты); - повторить названия и построение фигур; - формировать технику правильного броска биты; - закрепить технику выполнения бега «змейкой», прыжков, ходьбы на четвереньках; - развивать координацию движений, воображения.</p> | «Кто дальше?» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 103 |
| 31.05 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- продолжать знакомить детей с площадкой для игры, инвентарем для игры (городки, биты); - повторить названия и построение фигур; - формировать технику правильного броска биты; - закрепить технику выполнения бега «змейкой», прыжков, ходьбы на четвереньках;</p> | «Кто дальше?» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 103 |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | - развивать координацию движений, воображения. | | | |
|--|--|--|--|--|--|

Июнь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|--|---|---------------------------|-----------------------|--|
| 06.06 | «Здравствуй жучок» | <u>«Лови-бросай, падать – не давай!»</u> -формировать элементарные действия с мячом (бросок двумя руками из-за головы, прокатывание вперед, подбрасывание и ловля мяча) | «Лови-бросай» | Двигательная, игровая | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 220 |
| 13.06 | «Водичка – воздуху сестричка» | <u>«Мячи-Колобки»</u> -формировать элементарные действия с мячом (катание, подбрасывание мяча); -совершенствовать технику ходьбы и бега. -развивать познавательную деятельность | «Салют» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 222 |
| 20.06 | «Здоровье без лекарств» «В царстве королевы песчинки» | <u>«Давайте поиграем»</u> -совершенствовать умение попадать мячом в неподвижную горизонтальную цель; -бросать и ловить мяч в ограниченном пространстве; -совершенствовать технику ходьбы и бега | «Найди свой домик» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 223 |
| 27.06 | | <u>«Мой веселый звонкий мяч»</u> -формировать элементарные действия с мячом (бросок двумя руками из-за головы через веревку, прокатывание по мостику, передача мяча друг другу); -совершенствовать технику ходьбы и бега; -развивать познавательную активность | «Мой веселый звонкий мяч» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 225 |

Июль

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-------------------------------|--|-----------------------|-------------------|--|
| 04.07 | «В гостях у Автоши» | <p align="center"><u>«Непослушные мячи»</u></p> -закреплять умение ударять мяч о стенку и ловить его двумя руками; -бросать мяч вдаль; -закреплять знания детей о цветах и величине предметов в играх с мячом; -совершенствовать технику ходьбы и бега | «Два мяча» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 227 |
| 11.07 | «Ты откуда, ветерок?» | <p align="center"><u>«Маленькие мячики»</u></p> -закреплять умение закатывать маленький мячик в обруч с помощью дощечки (картонки, фанерки); -бросать маленький мяч одной рукой снизу, передавать его по кругу; -развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, зрительно – двигательную координацию | «Закат и мяч в обруч» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 228 |
| 18.07 | «От рассвета до рассвета, по» | <p align="center"><u>«Поиграем с мячами»</u></p> -закреплять в игровой форме технику выполнения разнообразных действий с мячом, основные виды движения: ходьбу, бег; -развивать ориентировку в пространстве, координационные способности и умение играть в детском коллективе | «Мяч вокруг кружочка» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 230 |

| | | | | | |
|-------|---|--|---------------------|--|--|
| 25.07 | лугам гуляет лето» «Сказки старика Лесовика» | <u>«Солнечные зайчики – прыгают как мячики»</u> -продолжить формировать элементарные действия с мячом (катание, бросание); -развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, зрительно – двигательную координацию; -учить игровому взаимодействию | «Солнечные зайчики» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 232 |
|-------|---|--|---------------------|--|--|

Август

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|------------------------|--|---------------------|-----------------------|--|
| 01.08 | «За летом в припрыжку» | <u>«Солнечные зайчики – прыгают как мячики»</u> -продолжить формировать элементарные действия с мячом (катание, бросание); -развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, зрительно – двигательную координацию; -учить игровому взаимодействию | «Солнечные зайчики» | Двигательная, игровая | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 232 |

| | | | | | |
|-------|--------------------------|--|--------------------|--|--|
| 08.08 | | <p>«Неразлучные друзья»</p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать у детей потребность к двигательной активности; -познакомить с игрой бадминтон; -познакомить с инвентарем для игры в бадминтон; -учить правильно держать и передавать ракетку -упражнять в точности броска, в равновесии | «Найд и пару» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 270 |
| 15.08 | «Цветочный колей доскоп» | <p>«Веселые лошадки»</p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать двигательный опыт детей, продолжать знакомить с действиями с воланом и ракеткой; -продолжать учить правильно держать ракетку; -упражнять в точности броска; -учить уверенно и активно выполнять основные элементы техники | «Не отдам» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 272 |
| 22.08 | «Летние забавы» | <p>«Дружные ребята»</p> <ul style="list-style-type: none"> -продолжаем знакомить с игрой бадминтон; -продолжать правильно держать ракетку; -упражнять в точности броска | «Освободи руки» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 273 |
| 29.08 | «Урожайная неделя» | <p>«Веселые ребята»</p> <ul style="list-style-type: none"> -продолжаем знакомить с действиями с воланом и ракеткой -продолжаем учить правильно держать ракетку; -упражнять в точности броска | «Салки с воланами» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 273 |

Перспективно-тематическое планирование в старшей группе №16
Сентябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|---|------------------------|-----------------------|---|
| 05.09 | «Детский сад» | <p align="center"><u>«Сбор урожая»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ходить по ограниченной поверхности с дополнительными заданиями; - упражнять детей в прыжках из обруча в обруч; - закрепить умение лазать по лестнице с усложнением; - развивать ловкость и быстроту реакции в беге с изменением темпа движения; - знакомство с профессиями работников детского сада; - воспитывать дружеские отношения в игре | «Огородники» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 274 |
| 07.09 | | <p align="center"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с игрой в футбол, правилами игры в футбол, игровым полем; - закрепить способы действий с мячом; - учить простейшим действиям с мячом; - развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции; - воспитывать интерес и желание играть в футбол | «Зайцы в огороде» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 65 |
| 12.09 | | <p align="center"><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей подбрасывать мяч вверх, бросать о пол и ловить его, не прижимая к груди; - упражнять в ходьбе по скамейке с перешагиванием через предметы; - закрепить умение прыгать на 2-х ногах с продвижением вперед с дополнительным заданием; - развивать ловкость в эстафете с подлезанием; - воспитывать стремление выполнять | «Веселое соревнование» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 278 |

| | | | | | |
|-------|--|---|-------------------|--|---|
| | | упражнения, используя творческое воображение | | | |
| 14.09 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -продолжать знакомить с игрой в футбол, правилами игры в футбол, игровым полем; -закрепить способы действий с мячом; -учить простейшим действиям с мячом; -развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции; -воспитывать интерес и желание играть в футбол | «Зайцы в огороде» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 65 |
| 19.09 | | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ходить перекатом с пятки на носок; - научить детей ползать на четвереньках между предметами; - упражнять в подбрасывании и ловле мяча; - развивать равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке на носках; - развивать скорость реакции и прыгучесть; - знакомство с развитием спорта в городе; - воспитывать собранность и внимательность. | «Удочка» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 281 |
| 21.09 | «Губки н – город мой родной » | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -продолжать знакомить с игрой в футбол, правилами игры в футбол, игровым полем; -закрепить способы действий с мячом; -учить простейшим действиям с мячом; -развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции; -воспитывать интерес и желание играть в футбол | «Зайцы в огороде» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 65 |
| 26.09 | | <u>«Занятие, построенное на эстафетах,</u> | «Дого | | Литвинова |

| | | | | | |
|-------|--|---|-------------------|--|--|
| | | <u>соревнованиях, подвижных играх»</u> - развивать ловкость, прыгучесть, глазомер; - тренировать скорость реакции на звуковой сигнал; - воспитывать уважительное отношение к товарищам; - прививать интерес к двигательной активности и потребность к ежедневным спортивным упражнениям | ни свою пару» | | О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 285 |
| 28.09 | | <u>ОД традиционная структура</u> - развивать умение вместе выполнять основные движения; - развивать физические качества, восприятие и ощущение; - формировать навык правильной осанки | «Зайцы в огороде» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 45 |

Октябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|

| | | | | | |
|-------|-------------|--|---------------------|-----------------------|--|
| 03.10 | «Осень » | <p>«Экскурсия в осенний лес»</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение бегать с преодолением препятствий; - научить детей ходить по шнуру, сохраняя равновесие; - упражнять детей в бросании мяча о пол одной рукой; - закрепить навык ползания на четвереньках между предметами; - расширить знания детей о сезонных изменениях в природе; - воспитывать внимательность и умение четко реагировать на команду преподавателя <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с игрой в футбол, игровым полем, разметкой; - закрепить способы действий с мячом; - учить выполнять их вместе с другими игроками; - развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции; - воспитывать интерес и желание играть в футбол | «Стой » | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 287 |
| 05.10 | | | «Ловкие ребята » | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 67 |
| 10.10 | | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение выполнять повороты на месте прыжком; - научить детей лазать по лестнице разноименным способом; - упражнять в ходьбе по шнуру, сохраняя правильную осанку; - закрепить умение отбивать мяч о пол (с усложнением); - расширить знания детей о некоторых овощах, фруктах, ягодах, грибах; | «Коршун и наседка» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 290 |

| | | | | | |
|-------|-----------------------|---|-------------------|--|--|
| 12.10 | | <p>- воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- продолжать знакомить детей с игрой в футбол, игровым полем, разметкой;</p> <p>- закрепить способы действий с мячом;</p> <p>- учить выполнять их вместе с другими игроками;</p> <p>- развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции;</p> <p>- воспитывать интерес и желание играть в футбол</p> | «Ловкие ребята» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 67 |
| 17.10 | «Моя Родина – Россия» | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <p>- формировать умение перестраиваться в два круга;</p> <p>- научить детей перепрыгивать предметы;</p> <p>- упражнять в лазании по гимнастической стенке разноименным способом;</p> <p>- развивать равновесие в ходьбе по шнуру;</p> <p>- развивать глазомер и ловкость в игре с мячом;</p> <p>- знакомство с предметами, которые нас окружают</p> | «Ловишка с мячом» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 294 |
| 19.10 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- познакомить детей с инвентарем для настольного тенниса, свойствами целлулоидного мяча;</p> <p>- воспитывать бережное отношение к нему;</p> <p>- развивать ловкость, быстроту, согласованность движений, глазомер;</p> <p>- воспитывать целеустремленность, настойчивость, творческие способности</p> | «Охотники и утки» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 80 |
| 24.10 | | «Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх» | «Ловишки с | | Литвинова О.М. |

| | | | | | |
|-------|--|---|---|--|---|
| 26.10 | | <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с расчетом на первый – второй; - развивать равновесие, прыгучесть, скоростные качества, ловкость; - укреплять силу мышц; - воспитывать интерес к физкультуре и потребность в ежедневных упражнениях <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать ознакомить детей с инвентарем для настольного тенниса, свойствами целлулоидного мяча; - воспитывать бережное отношение к нему; - развивать ловкость, быстроту, согласованность движений, глазомер; - воспитывать целеустремленность, настойчивость, творческие способности | <p>мячом »</p> <p>«Охотники и утки»</p> | | <p>Физкультурные занятия в детском саду, стр. 297</p> <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 80</p> |
| 31.10 | | <p style="text-align: center;">«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с расчетом на первый – второй; - развивать равновесие, прыгучесть, скоростные качества, ловкость; - укреплять силу мышц; - воспитывать интерес к физкультуре и потребность в ежедневных упражнениях/ | <p>«Ловишки с мячом »</p> | | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 297</p> |

Ноябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|--|-------------------|-----------------------|----------------------------|
| 02.11 | «Мир игры» | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать ознакомить детей с инвентарем для настольного тенниса, свойствами | «Охотники и утки» | Двигательная, игровая | «Играйте на здоровье» Л.Н. |

| | | | | | |
|-------|--|---|-------------------------------------|--|---|
| 07.11 | | <p>целлулоидного мяча; - воспитывать бережное отношение к нему; - развивать ловкость, быстроту, согласованность движений, глазомер; - воспитывать целеустремленность, настойчивость, творческие способности</p> <p>«Путешествие по родному городу» - научить детей ходить по гимнастической скамейке с дополнительным заданием; - упражнять в прыжках через предметы с усложнением, добиваясь ритмичности и легкости выполнения; - закрепить умение лазать по гимнастической лестнице с дополнительным заданием; - развивать глазомер, прокатывая мяч в цель; - осуществлять профилактику плоскостопия; - формировать умение говорить о себе в первом лице; - воспитывать смелость и внимательность</p> | «Попади в яблочко» | | <p>Волошина, Т.В. Курилова Стр.80</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.299</p> |
| 09.11 | | <p><u>ОД традиционная структура</u> - формировать «чувство мяча», умение держать ракетку, принимать стойку теннисиста, действовать с ракеткой, выполнять простейшие упражнения с мячом и ракеткой; - развивать ловкость, глазомер, согласованность, быстроту движений, внимание, память; - воспитывать умение взаимодействовать с партнерами по команде, выдержку</p> | «Свободные игры с мячом и ракеткой» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 82 |

| | | | | | |
|-------|--|---|-------------------------------------|--|---|
| 14.11 | | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение перестраиваться в три колонны с места; - научить детей перебрасывать мяч в парах снизу и от груди; - упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с дополнительным заданием; - закрепить умение выполнять пружинистые прыжки через предметы; - знакомить с профессиями взрослых; - воспитывать у детей стремление выполнять физкультурные упражнения эстетично. | «Медведь и пчелы» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 303 |
| 16.11 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать «чувство мяча», умение держать ракетку, принимать стойку теннисиста, действовать с ракеткой, выполнять простейшие упражнения с мячом и ракеткой; - развивать ловкость, глазомер, согласованность, быстроту движений, внимание, память; - воспитывать умение взаимодействовать с партнерами по команде, выдержку | «Свободные игры с мячом и ракеткой» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 82 |
| 21.11 | | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать у детей представление о расхождении из колонны, о четких поворотах на углах зала; - упражнять детей в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; - упражнять в перебрасывании мяча в парах, добиваясь необходимой траектории полета мяча; - развивать равновесие и ловкость; - способствовать тренировке | «Эстафета парами» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 305 |

| | | | | | |
|-------|---------------|---|-------------------------------------|--|--|
| | | вестибулярного аппарата; - воспитывать интерес к сказкам; - воспитывать собранность и внимательность | | | |
| 23.11 | «День матери» | <u>ОД традиционная структура</u> - формировать «чувство мяча», умение держать ракетку, принимать стойку теннисиста, действовать с ракеткой, выполнять простейшие упражнения с мячом и ракеткой; - развивать ловкость, глазомер, согласованность, быстроту движений, внимание, память; - воспитывать умение взаимодействовать с партнерами по команде, выдержку | «Свободные игры с мячом и ракеткой» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 82 |
| 28.11 | | <u>«Зачетное»</u> - выявить уровень овладения основными движениями | «Ловишки с приседанием» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 310 |
| 30.11 | | <u>ОД традиционная структура</u> - формировать «чувство мяча», умение держать ракетку, принимать стойку теннисиста, действовать с ракеткой, выполнять простейшие упражнения с мячом и ракеткой; - развивать ловкость, глазомер, согласованность, быстроту движений, внимание, память; - воспитывать умение взаимодействовать с партнерами по команде, выдержку | «Свободные игры с мячом и ракеткой» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 82 |

Декабрь

| Число | Тема | Программное содержание, задачи | Игры | Виды | Литература |
|-------|------|--------------------------------|------|------|------------|
|-------|------|--------------------------------|------|------|------------|

| | недели ДОУ | | | деятельнос ти | |
|-------|--------------------------|---|-------------------------|-----------------------|---|
| 05.12 | «Пришла волшебница-зима» | <p>«Мы –туристы»</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение рассчитывать на 1-й, 2-й, 3-й и перестраиваться по расчету; - научить детей сохранять равновесие при приземлении с высоты в обозначенное место; - развивать мышцы рук, ползая по скамейке на животе, подтягиваясь руками; - закрепить умение перебрасывать мяч любым способом и ловить его; - воспитывать решительность | «Эстафета с рюкзаками » | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 311 |
| 07.12 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать навыки ходьбы, бега; - развивать ориентировку в пространстве, ловкость; - создание психо – эмоционального комфорта | «Стоп » | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр.127 |
| 12.12 | | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в выполнении бросков мяча о пол при ходьбе по гимнастической скамейке; - закрепить умение перебрасывать мяч любым способом и ловить его; - развивать ловкость, прокатывая мяч головой, ползая на четвереньках; - воспитывать умение выполнять физ. упражнения с партнером | «Мороз-Красный нос» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 315 |
| 14.12 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с увлекательной | «Стоп » | | «Играйте на |

| | | | | | |
|-------|-----------------------------|---|--------------------|--|---|
| | | <p>игрой хоккей;</p> <ul style="list-style-type: none"> - вызвать интерес и желание научиться этой игре; - учить подбирать клюшку, держать ее правильно, вести шайбу разными способами, бросать шайбу в цель с расстояния 2-3 м; - развивать точность, глазомер, координационные способности, обучать действиям вдвоем | | | <p>здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 92</p> |
| 19.12 | «К нам приход ит Новый год» | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей перелезть через бум правым и левым боком; - упражнять в ходьбе с продвижением вперед с отбиванием мяча о пол и ловлей его; - развивать ловкость, прыгучесть в прыжках со скамейки и обратно; - развивать глазомер в бросках по движущейся цели и умение уворачиваться от летящего мяча | «Охотники и звери» | | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 320</p> |
| 21.12 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с увлекательной игрой хоккей; - вызвать интерес и желание научиться этой игре; - учить подбирать клюшку, держать ее правильно, вести шайбу разными способами, бросать шайбу в цель с расстояния 2-3 м; - развивать точность, глазомер, координационные способности, обучать действиям вдвоем | «Стоп» | | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 92</p> |
| 26.12 | | <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> | «Эстафеты» | | <p>Литвинова О.М.</p> |

| | | | | | |
|-------|--|---|-----------|--|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - формировать у детей умение перестраиваться из одной шеренги в две; - совершенствовать навык ловли и броска мяча; - развивать мышечную силу; - развивать ловкость, прыгучесть; - воспитывать умение контролировать свои эмоции в командных играх | | | Физкультурные занятия в детском саду, стр. 323 |
| 28.12 | | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать учить действиям с клюшкой и шайбой, разучить разные способы ведения шайбы, бросков; - развивать глазомер, быстроту, выносливость, взаимодействие и взаимопонимание; - вызвать желание научиться играть в хоккей; - обучать правилам безопасной игры | «Салочки» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 94 |

Январь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------------|--|-------------------|-----------------------|--|
| 09.01 | «Рождественское чудо» | <p style="text-align: center;"><u>«Забавы Зимушки – Зимы»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с имитационной ходьбой лыжника; - научить броскам вдаль, добиваясь высокой траектории полета; - упражнять ползанию по наклонной доске; - развивать равновесие в ходьбе по буму с выполнением дополнительного задания; - способствовать развитию ловкости и | «Ловишка с мячом» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 326 |

| | | | | |
|-------|--|--|---|--|
| | | выносливости | | |
| 11.01 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать учить действиям с клюшкой и шайбой, разучить разные способы ведения шайбы, бросков; - развивать глазомер, быстроту, выносливость, взаимодействие и взаимопонимание; - вызвать желание научиться играть в хоккей; - обучать правилам безопасной игры | «Салочки» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 94 |
| 16.01 | | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять активный взмах руками и энергичное отталкивание в прыжках в длину с места; - упражнять в метании в горизонтальную цель, добиваясь меткого выполнения; - развивать равновесие в ходьбе по наклонной поверхности с дополнительным заданием; - способствовать развитию ловкости; - воспитывать внимательность при выполнении сложнокоординированных упражнений | «Мышеловка» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 330 |
| 18.01 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать выносливость силу при катании на санках, развивать ловкость при скатывании с горы и выполнении различных игровых упражнений в движении с санками; - способствовать формированию навыков правильной осанки; - воспитывать желание выполнять двигательные действия и получать от этого удовольствие | «Кто скорее до флажка», «Собери флажки в паре» | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина стр. 161 |

| | | | | | |
|-------|------------------|--|---|--|---|
| 23.01 | «Я и мои друзья» | <p>«Занятие с элементами аэробики»</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей сохранять равновесие в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием; - совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с места; - развивать ритм при выполнении упражнений под современную музыку | «Ловля обезьян» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 332 |
| 25.01 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с Белгородскими народными играми; - приобщать к народному творчеству; - развивать ловкость, быстроту, выносливость; - укреплять опорно-двигательный аппарат | «Кто скорее до флажка»; «Собери флажки в паре»; «Салочки»; «Стоп» | | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина стр. 205 |
| 30.01 | | <p>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ходить перекатом с пятки на носок; - упражнять в прыжках в длину с места, метании в горизонтальную цель, подлезании; - побуждать детей совершенствовать двигательные навыки в соревновательной деятельности; - воспитывать ответственность за свои действия | эстафета «Кто скорее» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.339 |

Февраль

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|

| | | | | | |
|-------|-----------------------|---|--|-----------------------|---|
| 01.02 | «Мир профес сий» | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать выносливость силу при катании на санках, развивать ловкость при скатывании с горы и выполнении различных игровых упражнений в движении с санками; - способствовать формированию навыков правильной осанки; - воспитывать желание выполнять двигательные действия и получать от этого удовольствие | «Кто скорее до флажка», «Собери флажки в паре» | Двигательная, игровая | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 161 |
| 06.02 | | <p>«Пожарные на учениях»</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с ходьбой шеренгой; - научить (упражнять) ползать по-пластунски; - развивать равновесие, выполняя бег по буму с дополнительным заданием; - развивать ловкость в прыжках через неподвижную длинную скакалку; - воспитывать умение ориентироваться в пространстве | «Пустое место» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 342 |
| 08.02 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать чувство «лыж», «чувство снега», ориентировку в пространстве и совершенствовать функции равновесия; - формировать у детей стремление к систематическим занятиям физкультурой, потребности в здоровом образе жизни, совершенствовать функции и закаливание организма | «Давай померяемся» | | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 161 |
| 13.02 | «Защитники Отечества» | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей прыгать через длинную скакалку; - упражнять в ползании по-пластунски; - развивать равновесие в ходьбе по буму с | «Кто летает» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, |

| | | | | | |
|-------|--|---|--|--|--|
| 15.02 | | <p>выполнением задания; - продолжать формировать правильную осанку; -воспитывать внимательность и собранность</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- развивать выносливость силу при катании на санках, развивать ловкость при скатывании с горы и выполнении различных игровых упражнений в движении с санками; - способствовать формированию навыков правильной осанки; -воспитывать желание выполнять двигательные действия и получать от этого удовольствие</p> | «Кто скорее до флажка», «Собери флажки и в паре» | | стр. 346 «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 161 |
| 20.02 | | <p>«Занятие с элементами аэробики»</p> <p>- научить (упражнять) детей выполнять упражнения на гимнастических кольцах; - упражнять детей в перебрасывании мяча через сетку, добиваясь энергичного отталкивания мяча пальцами рук; - закрепить умение ползать попластунски; - способствовать развитию чувства ритма; - воспитывать внимательность</p> | «Кто летает» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 348 |
| 22.02 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- развивать выносливость силу при катании на санках, развивать ловкость при скатывании с горы и выполнении различных игровых упражнений в движении с санками; - способствовать формированию навыков правильной осанки; -воспитывать желание выполнять двигательные действия и получать от</p> | «Кто скорее до флажка», «Собери флажки и в паре» | | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 161 |

| | | | | | |
|-------|--|---|-------------------|--|---|
| 27.02 | | <p>этого удовольствие</p> <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <p>- познакомить детей с построением в шеренгу и в колонну по диагонали и с расчетом на первый - второй в движении;</p> <p>- развивать ловкость и глазомер, прокатывая мяч ногой в заданном направлении;</p> <p>- совершенствовать умение лазать по гимнастической лестнице;</p> <p>- воспитывать умение использовать полученные навыки в соревновательной деятельности</p> | «Не потеряй груз» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 350 |
|-------|--|---|-------------------|--|---|

Март

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|------------------------------|---|--|-----------------------|---|
| 01.03 | «Самая красивая мамочка моя» | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- обогащать знания детей о различных мячах для спортивных игр;</p> <p>- совершенствовать двигательные умения детей в процессе упражнений и игр с мячом;</p> <p>- развитие познавательной деятельности</p> | «Кто скорее до флажка», «Собери флажки в паре» | Двигательная, игровая | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 260 |
| 06.03 | | <p><u>«Мы – юные циркачи»</u></p> <p>- познакомить детей (упражнять) с построением в один и два круга;</p> <p>- научить (упражнять) детей выполнять активный взмах руками и энергичное отталкивание, прыгая вверх с разбега;</p> <p>- совершенствовать умение бросать и</p> | «Проведи мяч по кругу» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 353 |

| | | | | | |
|-------|----------------|---|--------------------|--|--|
| | | <p>ловить мяч в парах через сетку; - упражнять детей в лазании по шесту; - развивать ловкость при ведении мяча ногами (ф/б вариант); - воспитывать смелость</p> | | | |
| 13.03 | «Весна пришла» | <p><u>Традиционная структура занятия</u> -познакомить детей с ходьбой скрестным шагом и бегом спиной вперед; -научить детей перебрасывать малый мяч из одной руки в другую; -упражнять в прыжках вверх с касанием предмета, подбирая разбег; -развивать равновесие в ходьбе по буму с перешагиванием предметов боком</p> | «Горелки» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 356 |
| 15.03 | | <p><u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомство с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; - закрепить навык ведения мяча в движении, передачи и ловле мяча; добиваться точности, качества в их исполнении; - учить простейшим парным взаимодействиям; - способствовать развитию координации,быстроты, глазомера</p> | «Покочкам» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 120 |
| 20.03 | | <p><u>«Занятие с элементами аэробики»</u> - научить детей лазать по канату; - упражнять в перебрасывании мяча из одной руки в другую; - закрепить навык прыжка вверх с разбега с касанием предмета; - развивать у детей чувство ритма; - воспитывать внимательность; смелость</p> | «Охотники и звери» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 358 |
| 22.03 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> | «По | | «Играйте на |

| | | | | | |
|-------|--|---|---|--|---|
| 27.03 | | <p>- продолжать знакомство с игрой в баскетбол, историей ее возникновения;</p> <p>- закрепить навык ведения мяча в движении, передачи и ловле мяча; добиваться точности, качества в их исполнении;</p> <p>- учить простейшим парным взаимодействиям;</p> <p>- способствовать развитию координации, быстроты, глазомера</p> <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <p>- развивать глазомер; прыгучесть; ловкость; умение увертываться;</p> <p>- воспитывать интерес к занятиям физической культурой</p> | <p>кочкам »</p> <p>«Охотники и звери»</p> | | <p>здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 120</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 361</p> |
| 29.03 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- продолжать знакомство с игрой в баскетбол, историей ее возникновения;</p> <p>- закрепить навык ведения мяча в движении, передачи и ловле мяча; добиваться точности, качества в их исполнении;</p> <p>- учить простейшим парным взаимодействиям;</p> <p>- способствовать развитию координации, быстроты, глазомера</p> | <p>«По кочкам »</p> | | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 120</p> |

Апрель

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-------------------------|---|-------------|-----------------------|-------------------------------|
| 03.04 | «Тайна третьей планеты» | <p><u>«Мы – космонавты»</u></p> <p>- научить детей выполнять прыжок в высоту с разбега, акцентируя внимание</p> | «Серпантин» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурн |

| | | | | | |
|-------|----|---|---------------------|--|---|
| | ы» | <p>на отталкивании одной ногой и приземлении на две ноги;</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в подлезании под дуги; - развивать ловкость и координацию при перебрасывании мяча из руки в руку в движении по ограниченной поверхности; - развивать ориентировку в пространстве; - воспитывать у детей способность оценивать свои действия и движения товарищей | | | ые занятия в детском саду, стр. 364 |
| 05.04 | | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; - учить технике ведения мяча, бросков в корзину, передачи и ловли мяча; - развивать быстроту, ловкость, воспитывать внимание | «Серпантин» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 123 |
| 10.04 | | <p style="text-align: center;"><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение (упражнять) перестраиваться в пары в движении - научить детей ловить и бросать набивной мяч; - упражнять детей в прыжках в высоту с разбега, добиваясь активного взмаха согнутой ногой и руками при отталкивании; - закрепить умение пролезать в обручи боком, не касаясь руками пола и обода обруча головой; - способствовать развитию скоростных качеств; - развивать силу мышц рук и выносливость | «Мы веселые ребята» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 368 |
| 12.04 | | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - учить технике ведения мяча, бросков в | «Борьба за | | «Играйте на здоровье» |

| | | | | | |
|-------|----------------------------|---|-----------------------|--|--|
| | | корзину, передачи и ловли мяча; - развивать быстроту, ловкость, воспитывать внимание | мяч» | | Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 123 |
| 17.04 | «Весна идет, весне дорога» | <u>«Занятие с элементами аэробики»</u> - научить (упражнять) детей держать «угол» в вися на гимнастической стенке; - развивать скоростно-силовые качества в бросках набивного мяча; - закрепить умение выполнять прыжок в высоту с разбега, добиваясь мягкого приземления и сохранения равновесия после прыжка; - воспитывать стремление выразительно выполнять танцевальные движения | «Волк во рву» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 370 |
| 19.04 | | <u>ОД традиционная структура</u> - познакомить детей с историей возникновения игры «Городки», с инвентарем для игры (биты, городки), с правилами безопасной игры; - учить правильной стойке городошника, действиям с битой способам броска на дальность, в цель, умению строить городошные фигуры; - развивать силу, координацию движений, глазомер | игра в городки | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 106 |
| 24.04 | | <u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u> - совершенствовать умение увертываться от догоняющего; - совершенствовать умение ориентироваться в пространстве; - развивать ловкость, прыгучесть, выносливость; | «Ловишка, бери ленту» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 373 |

| | | | | | |
|-------|--|---|----------------|--|--|
| 26.04 | | <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать способность управлять своими эмоциями <li style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u> - познакомить детей с историей возникновения игры «Городки», с инвентарем для игры (биты, городки), с правилами безопасной игры; - учить правильной стойке городошника, действиям с битой способам броска на дальность, в цель, умению строить городошные фигуры; - развивать силу, координацию движений, глазомер | Игра в городки | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 106 |
|-------|--|---|----------------|--|--|

Май

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|---|----------------|-----------------------|--|
| 03.05 | «День Победы» | <ul style="list-style-type: none"> <li style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить детей с историей возникновения игры «Городки», с инвентарем для игры (биты, городки), с правилами безопасной игры; - научить детей действиям с битой (прицел, замах, бросок), отрабатывать навык броска биты в цель, на дальность, закреплять умения строить городошные фигуры; - развивать силу, выносливость, координацию движений, глазомер | Игра в городки | Двигательная, игровая | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 109 |
| 10.05 | | <ul style="list-style-type: none"> <li style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить детей с историей возникновения игры «Городки», с инвентарем для игры (биты, городки), с правилами безопасной игры; - научить детей действиям с битой (прицел, замах, бросок), отрабатывать | | | |

| | | | | | |
|-------|------------------------|--|-----------------------|--|---|
| | | <p>навык броска биты в цель, на дальность, закреплять умения строить городошные фигуры;</p> <p>- развивать силу, выносливость, координацию движений, глазомер</p> | | | |
| 15.05 | «Права детей в России» | <p><u>«Олимпийские звезды»</u></p> <p>- познакомить (упражнять) детей с челночным бегом;</p> <p>- упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове;</p> <p>- развивать скоростно-силовые качества, бросая набивной мяч;</p> <p>- воспитывать интерес к совместной двигательной деятельности;</p> <p>- воспитывать интерес к занятиям физической культурой</p> | Эстафеты разных видов | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 376 |
| 17.08 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- продолжать знакомить детей с историей возникновения игры «Городки», с инвентарем для игры (биты, городки), с правилами безопасной игры;</p> <p>- научить детей действиям с битой (прицел, замах, бросок), отрабатывать навык броска биты в цель, на дальность, закреплять умения строить городошные фигуры;</p> <p>- развивать силу, выносливость, координацию движений, глазомер</p> | Игра в городки | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 109 |
| 22.05 | | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <p>- познакомить детей (упражнять) с размыканием из одной колонны в 3 приставным шагом;</p> <p>- научить (упражнять) детей выполнять прыжок в высоту с разбега, подбирая толчковую ногу;</p> <p>- развивать равновесие в ходьбе по гимнастическому буму с</p> | «Лиса и куры» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 379 |

| | | | | | |
|-------|--|--|-------------------|--|---|
| 24.05 | | <p>дополнительным заданием; - способствовать тренировке выносливости</p> <p><u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить детей с историей возникновения игры «Городки», с инвентарем для игры (биты, городки), с правилами безопасной игры; - научить детей действиям с битой (прицел, замах, бросок), отрабатывать навык броска биты в цель, на дальность, закреплять умения строить городошные фигуры; - развивать силу, выносливость, координацию движений, глазомер</p> | Игра в городки | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 109 |
| 29.05 | | <p><u>Традиционная структура занятия</u> - познакомить детей с положением тела при старте на короткую дистанцию в беге; - упражнять в прыжках в длину с разбега, добиваясь активного взмаха руками при отталкивании и выноса ног вперед перед приземлением; - совершенствовать метание вдаль, добиваясь высокой траектории, необходимой для дальнего полета предмета</p> | «Лесная эстафета» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 382 |
| 31.05 | | <p><u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить детей с историей возникновения игры «Городки», с инвентарем для игры (биты, городки), с правилами безопасной игры; - научить детей действиям с битой (прицел, замах, бросок), отрабатывать навык броска биты в цель, на дальность, закреплять умения строить городошные фигуры;</p> | Игра в городки | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 109 |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | - развивать силу, выносливость, координацию движений, глазомер | | | |
|--|--|--|--|--|--|

Июнь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|--------------------------------|---|------------------|-----------------------|--|
| 07.06 | «Здравствуй, жучок» | <u>«Народные игры Белгородчины»</u> -познакомить детей с народными играми Белгородчины | «Море волнуется» | Двигательная, игровая | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 198 |
| 14.06 | «Водичка – воздух у сестричка» | <u>«Народные игры Белгородчины»</u> -приобщать детей к народному творчеству | «В Трифона» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 201 |
| 21.06 | «Здоровье без лекарств» | <u>«Народные игры Белгородчины»</u> -продолжать знакомить детей с традициями родного края; -обогащать двигательный опыт детей народными подвижными играми; -упражнять в выполнении различных видов движений, через игровые задания | «Заря» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 203 |
| 28.06 | «В царстве королевы Песчинки» | <u>«Народные игры Белгородчины»</u> -продолжаем знакомить детей с Белгородскими народными играми; -приобщать к народному творчеству | «Шахтер» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 205 |

Июль

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------------|--|-------------------|-----------------------|--|
| 05.07 | «В гостях у Автош и» | <p style="text-align: center;"><u>«Народные игры Белгородчины»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -продолжаем знакомить детей с Белгородскими народными играми; -приобщать к народному творчеству | «Селезень» | Двигательная, игровая | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 205 |
| 12.07 | | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -продолжать знакомить с игрой в футбол, правилами игры в футбол, игровым полем; -закрепить способы действий с мячом; -учить простейшим действиям с мячом; -развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции; -воспитывать интерес и желание играть в футбол | «Зайцы в огороде» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 65 |
| 19.07 | «Ты откуда, ветерок?» | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -продолжать знакомить с игрой в футбол, правилами игры в футбол, игровым полем; -закрепить способы действий с мячом; -учить простейшим действиям с мячом; -развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции; -воспитывать интерес и желание играть в футбол | «Зайцы в огороде» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 65 |

| | | | | | |
|-------|--|--|-------------------|--|--|
| 26.07 | «От рассвета до рассвета по лугам гуляет лето» | <u>ОД традиционная структура</u> - развивать умение вместе выполнять основные движения; - развивать физические качества, восприятие и ощущение; - формировать навык правильной осанки | «Зайцы в огороде» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 45 |
|-------|--|--|-------------------|--|--|

Август

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------------|--|--------------------|-----------------------|--|
| 02.08 | «За летом вприпрыжку» | <u>ОД традиционная структура</u> -продолжать знакомить детей с игрой в футбол, игровым полем, разметкой; -закрепить способы действий с мячом; -учить выполнять их вместе с другими игроками; -развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции; -воспитывать интерес и желание играть в футбол | «Ловкие ребята» | Двигательная, игровая | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 67 |
| 09.08 | | <u>«Делай, как я»</u> -формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях; -дать возможность осознать физические качества волана: вес, объем, быстрота полета; -учить правильно держать ракетку; -учить подбивать волан, разучить игры с воланом | «Воляны и ракетка» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 275 |

| | | | | | |
|-------|-------------------------|---|--------------------------|--|--|
| 16.08 | «Цветочный калейдоскоп» | <p align="center"><u>«Игра для больших и малых»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -продолжать учить правильно держать ракетку; -разучить игры и способы действия с ракеткой; -учить отражать волан ракеткой в парах; -упражнять в точности приема и подачи | «Нападающие и защитники» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 277 |
| 23.08 | «Летние забавы» | <p align="center"><u>«Будь ловким»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -формировать умения в спортивных играх и упражнениях; -продолжать учить детей правильно держать ракетку; -закреплять действия с воланом и ракеткой | «Отбей волан» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 278 |
| 30.08 | | <p align="center"><u>«Любимая игра»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - учить детей подаче волана через сетку; -учить правильной стойке при подаче волана; -закреплять действия с воланом и ракеткой | «У кого волан?» | | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 279 |

Перспективно-тематическое планирование в подготовительной к школе группе №15

Сентябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------------------|--|------------------|-----------------------|---|
| 02.09 | «Осень. Осеннее настроение» | <p align="center"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с правилами игры в футбол, правилами игры в футбол, игровым полем, разметкой, действиями защитника и нападающего; | «Подвижная цель» | Двигательная, игровая | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, |

| | | | | | |
|-------|-----------------------------|--|-------------------|--|---|
| 16.09 | «Губкин – город мой родной» | <p>- воспитывать интерес к занятиям физкультурой</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- продолжать знакомить с игрой в футбол, правилами игры в футбол, игровым Полем, разметкой, действиями защитника и нападающего;</p> <p>- закрепить способы действий с мячом;</p> <p>- учить простейшим действиям с мячом;</p> <p>- развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции;</p> <p>- воспитывать интерес и желание играть в футбол</p> | корзину» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 69 |
| 21.09 | | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <p>- научить детей ползать на высоких четвереньках нпо гимнастической скамейке;</p> <p>- упражнять в подбрасывании мяча через сетку от груди;</p> <p>- закрепить умение ходить по гимнастическому буму с дополнительным заданием;</p> <p>- способствовать развитию ловкости, прыгучести;</p> <p>- воспитывать смелость и решительность</p> | «Лягушки и цапля» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 394 |

| | | | | | |
|-------|--|--|---------------------|--|--|
| 23.09 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать умение вместе выполнять основные движения; - развивать физические качества, восприятие и ощущение; - формировать навык правильной осанки | «Подбрось – поймай» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 45 |
| 28.09 | | <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать ловкость, прыгучесть, точность движений, глазомер; - способствовать воспитанию выносливости; - воспитывать интерес к совместным коллективным действиям | «Караси и щука» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 396 |
| 30.09 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать умение вместе выполнять основные движения; - развивать физические качества, восприятие и ощущение; - формировать навык правильной осанки | «Подбрось – поймай» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 45 |

Октябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|--------------------------------|---|--------------------------------|-----------------------|--|
| 05.10 | «Дары осени. Осенние угощения» | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять прыжки вверх из глубокого приседа с продвижением вперед; - упражнять в ползании на низких четвереньках - научить детей ходить по шнуру, сохраняя равновесие; по наклонной доске; - закрепить умение перебрасывать мяч в парах из разных исходных положений; | «Быстро возьми, быстро положи» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 399 |

| | | | | | |
|-------|----------------------------|---|------------------------|--|---|
| 07.10 | | <ul style="list-style-type: none"> - способствовать тренировке скорости реакции, ловкости <li style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u> - закрепить правила игры; - продолжить разучивание тактики защиты и нападения в футболе; - совершенствовать технику владения мячом во взаимодействии с другими игроками; - учить ориентироваться на игровом пространстве; - формировать потребность и желание играть в футбол | «Футбол» (по командам) | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 71 |
| 12.10 | | <p style="text-align: center;"><u>«Занятия с элементами аэробики»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять гимнастические упражнения на лестнице; - способствовать развитию чувства ритма, пластики движений; - развивать скоростные качества | «Пустое место» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 402 |
| 14.10 | | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - закрепить правила игры; - продолжить разучивание тактики защиты и нападения в футболе; - совершенствовать технику владения мячом во взаимодействии с другими игроками; - учить ориентироваться на игровом пространстве; - формировать потребность и желание играть в футбол | «Футбол» (по командам) | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 71 |
| 19.10 | «Страна, в которой я живу» | <p style="text-align: center;"><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ходить по гимнастическому буму с выполнением сложнокоординированных упражнений; - упражнять в прыжках вверх из глубокого | «Поподи и сбей кеглю» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|------------------------|
| | | приседа; - закрепить умение ползать на четвереньках с преодолением препятствий и в усложненных условиях; - воспитывать интерес и любовь к занятиям физкультурой | | | детском саду, стр. 407 |
|--|--|---|--|--|------------------------|

| | | | | | |
|-------|--|--|-------------------|--|---|
| 21.10 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с правилами игры; - формировать простейшие технические приемы; - учить ориентироваться в игровой обстановке; - развивать умение поддерживать партнерские отношения; - воспитывать выдержку, настойчивость | «Горелки» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 84 |
| 26.10 | | <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать ловкость и координацию движений в упражнении с футбольным мячом; - способствовать прыгучести и равновесия; - воспитывать умение действовать в коллективе | «Ловишки с мячом» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 412 |
| 28.10 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с правилами игры; - формировать простейшие технические приемы; - учить ориентироваться в игровой обстановке; - развивать умение поддерживать партнерские отношения; - воспитывать выдержку, настойчивость | «Лови – не лови» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 80 |

Ноябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|

| | | | | | |
|-------|-----------------------------|---|----------------------------|-----------------------|---|
| 02.11 | «Моя малая родина» | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей отбивать мяч о пол поочередно одной и другой рукой; - упражнять в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием; - развивать скоростно – силовые качества в прыжках вверх из глубокого приседа; - воспитывать стремление выполнять упражнения выразительно | «Не урони» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 414 |
| 09.11 | | <p><u>«Занятия с элементами аэробики»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять гимнастические упражнения на кольцах; - совершенствовать владение мячом при ведении его в движении; - развивать скоростно – силовые качества в прыжках вверх с целью достать предмет; - воспитывать умение выполнять движения ритмично, согласованно с музыкой | «Найди, где спрятано» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 417 |
| 11.11 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - дать понятие о настольном теннисе, познакомить с правилами; - отрабатывать технику выполнения удара толчком слева и справа; - воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения; - учить ориентироваться в игровой обстановке | «Съедобное – несъедобное» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 86 |
| 16.11 | «Самая любимая мамочка моя» | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ползать по скамейке, подтягиваясь руками; - совершенствовать умение вести мяч в ходьбе и в беге; - развивать равновесие в ходьбе по буму с дополнительным заданием; - способствовать развитию прыгучести; | «Попрыгунчики – воробушки» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 419 |

| | | | | | |
|-------|--|---|-------------------|--|--|
| | | - воспитывать внимательность и собранность при выполнении заданий | | | |
| 18.11 | | <u>ОД традиционная структура</u> - дать понятие о настольном теннисе, познакомить с правилами; - отработать технику выполнения удара толчком слева и справа; - воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения; - учить ориентироваться в игровой обстановке | «Лови – не лови» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 86 |
| 23.11 | | <u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u> - развивать силу мышц при выполнении статического задания; - развивать скоростные качества в беге; - развивать мелкую моторику кистей; - воспитывать внимательность, умение четко реагировать на команды инструктора | «Горелки» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 423 |
| 25.11 | | <u>ОД традиционная структура</u> - дать понятие о настольном теннисе, познакомить с правилами; - отработать технику выполнения удара толчком слева и справа; - воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения; - учить ориентироваться в игровой обстановке | «Наступление» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр.86 |
| 30.11 | | <u>Традиционная структура занятия</u> - научить детей ведению мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал; - упражнять в ползании по скамейке не на | «Веселые парочки» | | Литвинова О.М. Физкультурные |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|----------------------------------|
| | | спине; - совершенствовать равновесие в ходьбе по буму с дополнительным заданием; - развивать ловкость и скорость реакции при выполнении передачи в парах. | | | занятия в детском саду, стр. 427 |
|--|--|---|--|--|----------------------------------|

Декабрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература | |
|-------|-----------------|---|---|-----------------------|--|--|
| 02.12 | «Начало зимы» | <u>ОД традиционная структура</u> - учить ведению шайбы клюшкой толчком, останавливать шайбу клюшкой, забивать шайбу в ворота слева и справа; - развивать скорость, силовые качества, глазомер, координацию движений; - формировать навыки взаимодействия при выполнении различных упражнений; - развивать умение анализировать игровую ситуацию | «Не пропусти шайбу» | Двигательная, игровая | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 96 | |
| 07.12 | | <u>Сюжетное занятие «Смелые альпинисты»</u> - научить детей запрыгивать на предметы с разбега; - совершенствовать ведение мяча одной и другой руками в ходьбе и в беге; - закрепит умение ползать по скамейке на животе; - развивать ловкость; - способствовать тренировке выносливости | «Преодоление полосы препятствий альпинистами» | | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 430 |
| 09.12 | | <u>ОД традиционная структура</u> - учить ведению шайбы клюшкой толчком, останавливать шайбу клюшкой, забивать шайбу в ворота слева и справа; - развивать скорость, силовые качества, глазомер, координацию движений; - формировать навыки взаимодействия при | «Не пропусти шайбу» | | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова |

| | | | | | |
|-------|----------------------------|--|----------------------------|--|---|
| 14.12 | | <p>выполнении различных упражнениях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать умение анализировать игровую ситуацию <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ползать по-пластунски; - упражнять в прыжках на 2-х ногах с дополнительным заданием; - закрепить умение вести мяч разными способами; - способствовать тренировке стартовой скорости; - воспитывать умение согласовывать свои движения с движениями своих товарищей | «Веселые парочки» | | стр. 96 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 432 |
| 16.12 | «К нам приходит Новый год» | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - разучить с детьми правила игры; - учить играть командами; - учить ударять по скользящей шайбе справа и слева; - развивать скоростно – силовые качества; - побуждать детей к самостоятельной организации игр с клюшкой и шайбой | «Хоккеисты» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 98 |
| 21.12 | | <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать глазомер при выполнении бросков мяча в корзину; - развивать ловкость и координацию движений в упражнениях с хоккейной клюшкой, ракеткой; - упражнять в приеме мяча, отскочившего от стены; - прививать интерес к занятиям физкультурой | «Угадай спортивный снаряд» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 436 |
| 23.12 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - разучить с детьми правила игры; - учить играть командами; | «Хоккеисты» | | «Играйте на здоровье» |

| | | | |
|-------|--|---------------------------|---|
| 28.12 | <ul style="list-style-type: none"> - учить ударять по скользящей шайбе справа и слева; - развивать скоростно – силовые качества; - побуждать детей к самостоятельной организации игр с клюшкой и шайбой <p style="text-align: center;"><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение владеть футбольными приемами; - научить детей ходить по гимнастическому буму с усложнением; - упражнять в ползании по – пластунски с дополнительным заданием; - закрепить умение запрыгивать на возвышение и спрыгивать с него; - воспитывать смелость построение в шеренгу, перестроение в 2 шеренги и обратно в одну, построение в колонну, ходьба с мячом, на носках, на пятках, по сигналу с поворотом кругом, бег с мячом с преодолением препятствий | «Отбери у противника мяч» | Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 98, 152 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.438 |
| 30.12 | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - разучить с детьми правила игры; - учить играть командами; - учить ударять по скользящей шайбе справа и слева; - развивать скоростно – силовые качества; - побуждать детей к самостоятельной организации игр с клюшкой и шайбой | «Хоккеисты» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 98, 152 |

Январь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|
|-------|-----------------|--------------------------------|------|-------------------|------------|

| | | | | | |
|-------|-----------------------|---|-------------------------------|-----------------------|---|
| 11.01 | «Рождественское чудо» | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение владеть футбольными приемами; - научить детей ходить по гимнастическому буму с усложнением; - упражнять в ползании по – пластунски с дополнительным заданием; - закрепить умение запрыгивать на возвышение и спрыгивать с него; - воспитывать смелость построение в шеренгу, перестроение в 2 шеренги и обратно в одну, построение в колонну, ходьба с мячом, на носках, на пятках, по сигналу с поворотом кругом, бег с мячом с преодолением препятствий | «Отбери у противника мяч» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.438 |
| 13.01 | «Я и мои друзья» | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - разучить с детьми правила игры; - учить играть командами; - учить ударять по скользящей шайбе справа и слева; - развивать скоростно – силовые качества; - побуждать детей к самостоятельной организации игр с клюшкой и шайбой | «Хоккеисты» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 98 |
| 18.12 | | <p><u>«Занятия с элементами аэробики»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение перестраиваться по расчету; - научить детей лазать по веревочной лестнице; - совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с места; - воспитывать творчество и воображение | «Сумей изобразить спортсмена» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 441 |
| 20.01 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать выносливость силу при катании на санках, развивать ловкость при | «Светофор», «Пово | | «Выходи играть во двор» |

| | | | | | |
|-------|--|--|----------------------------|--|--|
| 25.01 | | <p>скатывании с горы и выполнении различных игровых упражнений в движении с санками;</p> <ul style="list-style-type: none"> - способствовать формированию навыков правильной осанки; - воспитывать желание выполнять двигательные действия и получать от этого удовольствие <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять броски в цель из разных исходных положений; - совершенствовать умение сохранять равновесие, пробегая по буму с обручем в руках; - закрепить умение ползать по-пластунски; - развивать точность движений и глазомер | роты» | | <p>Л.Н. Волошина стр. 166</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 443</p> |
| 27.01 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с Белгородскими народными играми; - приобщать к народному творчеству; - развивать ловкость, быстроту, выносливость; - укреплять опорно-двигательный аппарат | «Вышло солнце из-за речки» | | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина стр. 244 |

Февраль

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-----------------|--|----------------|-----------------------|--|
| 01.02 | «Мир профессий» | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей прыгать через короткую скакалку разными способами; - совершенствовать умение метать в горизонтальную и вертикальную цели; - развивать и закреплять умение сохранять равновесие в ходьбе по скамейке с | «Перелет птиц» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. |

| | | | | | |
|-------|-------------|--|-----------------|--|---|
| 03.02 | | <p>дополнительным заданием; - воспитывать собранность и дисциплину</p> <p><u>«Движение с увлечением»</u> - развивать выносливость силу при катании на санках, развивать ловкость при скатывании с горы и выполнении различных игровых упражнений в движении с санками; - способствовать формированию навыков правильной осанки; - воспитывать желание выполнять двигательные действия и получать от этого удовольствие</p> | «Собери флажки» | | 449 «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 167 |
| 08.02 | | <p><u>«Занятия с элементами аэробики»</u> - научить детей выполнять гимнастические упражнения на кольцах; - упражнять в прыжках через короткую скакалку между предметами; - способствовать развитию чувства ритма при выполнении упражнений в ходьбе; - воспитывать эстетическое выполнение упражнений</p> | «Пустое место» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 452 |
| 10.02 | | <p><u>«Движение с увлечением»</u> - развивать выносливость силу при катании на санках, развивать ловкость при скатывании с горы и выполнении различных игровых упражнений в движении с санками; - способствовать формированию навыков правильной осанки; - воспитывать желание выполнять двигательные действия и получать от этого удовольствие</p> | «Собери флажки» | | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 167 |
| 15.02 | «Защитники» | <p><u>Традиционная структура занятия</u> - научить (упражнять) детей подлезать под</p> | «Кого назвал» | | Литвинова О.М. |

| | | | | | |
|-------|----------------|---|---------------------------|--|--|
| | отечес тва» | дугу в группировке; - упражнять в метании в движущуюся цель; - совершенствовать умение сохранять равновесие на ограниченной площади опоры с усложнением; - закрепить умение прыгать через короткую скакалку; - воспитывать внимательность | и, тот и ловит» | | Физкульту рные занятия в детском саду, стр. 454 |
| 17.02 | | <u>«Мы – спортсмены»</u> - развивать чувство «лыж», «чувство снега», ориентировку в пространстве и совершенствовать функции равновесия; - формировать у детей стремление к систематическим занятиям физкультурой, потребности в здоровом образе жизни, совершенствовать функции и закаливание организма | «Давай померя емся» | | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 183 |
| 22.02 | | <u>«Палки в руки и на лыжи!»</u> -формировать способы познавательной деятельности; -совершенствовать умения и навыки в ходьбе на лыжах; -побуждать детей к самостоятельному использованию знаковых видов и способов закаливания в ДОО | «Попа ди в цель» | | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 185 |

Март

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельнос ти | Литература |
|-------|---------------------------------|---|---------------|---------------------------|---|
| 01.03 | «Моя прекра сная леди» | <u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u> - научить отбивать волан бадминтонной ракеткой правой и левой руками; - способствовать развитию ловкости и | «Сову шка» | Двигательн ая, игровая | Литвинова О.М. Физкультур ные занятия в |

| | | | | | |
|-------|--------|--|----------------------------------|--|--|
| 03.03 | | <p>координации в беге, в прыжках через скакалку и в лазании по лестнице; -развивать скоростные качества; -воспитывать смелость, творчество в двигательных действиях</p> <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- развивать ловкость смелость быстроту; - развивать инициативность, активность, самостоятельность; - приобщать к здоровому образу жизни; - воспитывать желание проявлять волю при преодолении трудностей</p> | «Кто скорее до флажка» | | <p>детском саду, стр. 456</p> <p>«Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр.167</p> |
| 10.03 | | <p style="text-align: center;"><u>«На санках»</u></p> <p>- способствовать совершенствованию навыка катания на санках с отталкиванием ногами; - формировать умение и навыки самостоятельно применять ранее изученные игровые упражнения; - развивать у детей интерес к физической культуре; - формировать позитивные установки в различных видах двигательной деятельности</p> | «Пробег и не задень», «Черепихи» | | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 169 |
| 15.03 | «Весна | <p style="text-align: center;"><u>Традиционная структура занятия</u></p> <p>- научить детей ходить по гимнастическому буму, выполняя упражнения с бадминтонной ракеткой; - упражнять в подбивании ракеткой воланчика; - упражнять в подлезании под дугу боком; - способствовать развитию ловкости, тренировке реакции; - воспитывать внимательность</p> | «Удержи волан на ракетке» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 459 |

| | | | | | |
|-------|---------|--|--------------------|---|---|
| 17.03 | пришла» | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - разучить правила игры в баскетбол, историей ее возникновения; - познакомить с площадкой, с действиями защитников, нападающих; - совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; - развивать точность, координацию движения, глазомер; - воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность | «Попади в корзину» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 125 | |
| 22.03 | | <p><u>«Занятия с элементами аэробики»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить выполнять упражнения с длинной скакалкой; - упражнять в лазании по веревочной лестнице чередующимся шагом; - совершенствовать умение сохранять равновесие в ходьбе по шнуру с мешочком на голове; - способствовать развитию ловкости, координации движения; - воспитывать выносливость | «Будь внимателен» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 462 |
| 24.03 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - разучить правила игры в баскетбол, историей ее возникновения; - познакомить с площадкой, с действиями защитников, нападающих; - совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; - развивать точность, координацию движения, глазомер; - воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность | «Попади в корзину» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 125 |
| 29.03 | | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять прыжок в высоту с разбега; | «Отрази | Литвинова О.М. | |

| | | | | | |
|-------|--|---|---|--|--|
| 31.03 | | <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в ходьбе по гимнастическому буму с высоким подниманием бедра и хлопком пол коленом; - закрепить умение работать с ракеткой и воланом; - развивать быстроту, ловкость, точность, глазомер; - укреплять мышцы ног и рук <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - разучить правила игры в баскетбол, историей ее возникновения; - познакомить с площадкой, с действиями защитников, нападающих; - совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; - развивать точность, координацию движения, глазомер; - воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность | <p>волан»</p> <p>«Попади в корзину»</p> | | <p>Физкультурные занятия в детском саду, стр. 464</p> <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 125</p> |
|-------|--|---|---|--|--|

Апрель

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература |
|-------|-------------------|---|-------------------|-----------------------|---|
| 05.04 | «Загадки космоса» | <p style="text-align: center;"><u>Традиционная структура занятия</u> <u>«Мы – туристы»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять гимнастические упражнения на кольцах; - совершенствовать технику прыжка в высоту с разбега; - познакомить детей с элементами тенниса; - способствовать укреплению мышц рук; | «Пронеси неурони» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 469 |

| | | | | | |
|-------|------------|--|--------------------|--|---|
| 07.04 | | <p>- воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- закрепить правила игры;</p> <p>- продолжить разучивание техники защиты и нападения в мини – баскетболе;</p> <p>- закрепить технику ведения мяча, бросков в корзину;</p> <p>- формировать стремление к достижению положительных результатов</p> <p>- воспитывать выдержку, целеустремленность</p> | «Горячий мяч» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 127 |
| 12.04 | | <p><u>«Занятия с элементами аэробики»</u></p> <p>- научить детей выполнять равновесие – ласточку, стоя на гимнастическом буме;</p> <p>- упражнять метание в горизонтальную цель;</p> <p>- укреплять мышцы рук и брюшного пресса в упражнениях на гимнастической лестнице;</p> <p>- воспитывать собранность, внимательность на занятиях физкультурой</p> | «Наседка и коршун» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 472 |
| 14.04 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- закрепить правила игры;</p> <p>- продолжить разучивание техники защиты и нападения в мини – баскетболе;</p> <p>- закрепить технику ведения мяча, бросков в корзину;</p> <p>- формировать стремление к достижению положительных результатов</p> <p>- воспитывать выдержку, целеустремленность</p> | «Горячий мяч» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 127 |
| 19.04 | «Скорость» | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <p>- научить детей подбивать шарик теннисной ракеткой, стоя на месте;</p> | «Догони свою» | | Литвинова О.М. Физкультур |

| | | | | | |
|-------|------------|---|----------------------------|--|--|
| 21.04 | школу » | <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать умение выполнять гимнастические упражнения на лестнице; - закрепить умение выполнять прыжок в высоту с разбега; - развивать ловкость, координацию движений; - воспитывать выносливость <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - закрепить правила игры; - продолжить разучивание техники защиты и нападения в мини – баскетболе; - закрепить технику ведения мяча, бросков в корзину; - формировать стремление к достижению положительных результатов - воспитывать выдержку, целеустремленность | пару» «Горячий мяч» | | <p>ные занятия в детском саду, стр. 474</p> <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 127</p> |
| 26.04 | | <p style="text-align: center;"><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в подбивании мяча теннисной ракеткой в движении; - развивать ловкость и скоростные качества в игре с бегом и увертыванием; - способствовать развитию равновесию; - воспитывать смелость | «Ловишка, бери ленту» | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 477 |
| 28.04 | | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - закрепить правила игры; - продолжить разучивание техники защиты и нападения в мини – баскетболе; - закрепить технику ведения мяча, бросков в корзину; - формировать стремление к достижению положительных результатов - воспитывать выдержку, целеустремленность | «Мини - баскетбол» | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 127 |

Май

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Виды деятельности | Литература | |
|-------|-----------------|--|-------------------------|-----------------------|--|--|
| 03.05 | «День победы» | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать представление о челночным бегом; - научить детей выполнять прыжок в длину с разбега; - упражнять в выполнении равновесия на ограниченной площади опоры; - закрепить умение владеть теннисной ракеткой и шариком; - развивать координацию движений | «Мяч водящему» | Двигательная, игровая | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 479 | |
| 05.05 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - вызвать интерес к игре «Городки»; - развивать силу, координацию движений, глазомер; - продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель; - следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; - развивать у детей чувства коллективизма в командной игре | игра в городки | | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 112 |
| 10.05 | | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей лазать по канату в три приема; - совершенствовать технику прыжка в длину с разбега; - упражнять детей в игре с ракеткой и шариком; - закрепить умение выполнять равновесие на ограниченной площади опоры; - воспитывать самостоятельность при | «Докат и мяч до обруча» | | | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 483 |

| | | | | | |
|-------|----------------------------|---|--------------------------|--|---|
| 12.05 | | <p>выполнении упражнений</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - закрепить подлезание в обруч в группировке; - совершенствовать прыжки из обруча в обруч, правым, левым боком; - развивать силу рук, координацию движений, умение действовать по сигналу, быстроту, ловкость, внимание, меткость - формировать потребность в двигательной активности, развивать творческие способности; - учить взаимодействовать в коллективе, воспитывать выдержку, самостоятельность | «10 переда ч» | | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 303 |
| 17.05 | «К школе готов! » | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей слитному выполнению метания в даль с полным выпрямлением руки и энергичным движением кисти; - упражнять в лазание по канату в три приема; - закрепить технику выполнения прыжка в длину с разбега, без заступа за линию отталкивания; - воспитывать умение контролировать на деталях упражнения | «Охот ники и утки» | | Литвинова О.М. Физкультур ные занятия в детском саду, стр. 485 |
| 19.05 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - вызвать интерес к игре «Городки»; - развивать силу, координацию движений, глазомер; - продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель; - следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; - развивать у детей чувства коллективизма в | игра в городк и | | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 112 |

| | | | |
|-------|--|--------------------|--|
| 24.05 | командной игре <u>Традиционная структура занятия</u> - научить детей лазать по шесту на руках; - совершенствовать умение прыгать через длинную скакалку; - способствовать тренировке выносливости в беге на длинную дистанцию; - воспитывать умение действовать коллективно в игре | «Пионербол» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 489 |
| 26.05 | <u>ОД традиционная структура</u> - вызвать интерес к игре «Городки»; - развивать силу, координацию движений, глазомер; - продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель; - следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; - развивать у детей чувства коллективизма в командной игре | «Передвинь флажок» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 109 |
| 31.05 | <u>Традиционная структура занятия</u> - научить детей лазать по шесту на руках; - совершенствовать умение прыгать через длинную скакалку; - способствовать тренировке выносливости в беге на длинную дистанцию; - воспитывать умение действовать коллективно в игре | «Пионербол» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 489 |

**Перспективно-тематическое планирование двигательной деятельности
в разновозрастной группе № 14**

Сентябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи средней дошкольной возрастной группы (дети 4-5 лет) | Игры | Литература | Число | Программное содержание, задачи старшей возрастной группы (дети 6-7 лет) | Игры | Литература |
|-------|-----------------------|---|---------------------------|---|-----------|---|-------------------------------------|---|
| 06.09 | «Неделя безопасности» | <u>«Прогулка в осенний лес»</u> - научить детей ходить по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы; - упражнять в прыжках на 2-х ногах с поворотом вокруг себя и со сменой положения ног; - развивать глазомер при прокатывании мяча между предметами; - развивать умение ориентироваться в пространстве; - воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности. | «Перелет птиц» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 180 | 01.09 | <u>Традиционная структура занятия</u> - упражнять в ходьбе по гимнастическому бумажному боком приставным шагом; - упражнять в прыжках на 2-х ногах с продвижением вперед; - закрепить умение пролезать в обруч правым и левым боком; - способствовать тренировке внимательности, ловкости | «Ловишка, бери ленту» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 386 |
| 07.09 | | <u>ОД традиционная структура</u> - познакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол; - учить вести мяч по прямой, вокруг обруча, останавливать движущийся мяч ногой; - учить игровому взаимодействию. | «Мой веселый звонкий мяч» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 63 | 05.09 (в) | <u>ОД традиционная структура</u> - познакомить детей с правилами игры в футбол, правилами игры в футбол, игровым полем, разметкой, действиями защитника и нападающего; - закрепить способы действий с мячом; - учить простейшим действиям с мячом; | «Подвижная цель» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 69 |
| 13.09 | | <u>«Экскурсия в лес на поезде»</u> - научить ползанию на средних и низких четвереньках по прямой; - упражнять в беге с изменением темпа движения; - закрепить навык прыжков на месте, добываясь их | «Птицы и лиса» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 183 | 08.09 | действиям с мячом; - развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции; - воспитывать интерес и желание играть в футбол | «Чья команда забросит больше мячей» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 391 |

| | | | | | | | | |
|-------|--|--|---------------------------|---|-------|--|--------------------------------|---|
| 14.09 | | <p>ритмичности; - развивать равновесие в ходьбе по извилистой дорожке с перешагиванием предметы;</p> <p><u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол; - учить вести мяч по прямой, вокруг обруча, останавливать движущийся мяч ногой; - учить игровому взаимодействию.</p> | «Мой веселый звонкий мяч» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 63 | 12(в) | <p><u>волейболисты»</u> -упражнять детей в перебрасывании мяча через сетку двумя руками из-за головы; - упражнять в ходьбе по скамейке гимнастическим шагом с мячом фиксируя его положение; - закрепить умение прыгать с мячом между колен; - развивать глазомер; - воспитывать интерес к занятиям физкультурой</p> <p><u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить с игрой в футбол, правилами игры в футбол, игровым Полем, разметкой, действиями защитника и нападающего; - закрепить способы действий с мячом; - учить простейшим действиям с мячом; - развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции; - воспитывать интерес и желание играть в футбол</p> | в корзину» «Подвижная цель» | Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 69 |
| 20.09 | | <p>«На день рождения куклы Алины» - формировать навык бега, взявшись за одну руку (цепочкой);</p> | «Под арки» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в | 15.09 | <p><u>Традиционная структура занятия</u> - научить детей ползать на высоких четвереньках нпо гимнастической скамейке;</p> | «Лягушки и | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском |

| | | | | | | | | | |
|-------|--|--|---------------------------|--------------------------|-----------|--|---------------------------------|-------------------|--|
| 21.09 | | <p>- научить детей катать обруч в парах; - упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая перед собой мяч; - развивать равновесие в ходьбе и беге по наклонной доске; - воспитывать интерес к двигательной деятельности.</p> <p><u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить детей с площадкой и воротами для игры в футбол; - учить вести мяч по прямой, вокруг обруча, останавливать движущийся мяч ногой; - учить игровому взаимодействию.</p> | «Мой веселый звонкий мяч» | детском саду, стр.185 | 19.09 (в) | <p>- упражнять в подбрасывании мяча через сетку от груди; - закрепить умение ходить по гимнастическому буму с дополнительным заданием; - способствовать развитию ловкости, прыгучести; - воспитывать смелость и решительность</p> <p><u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить с игрой в футбол, правилами игры в футбол, игровым Полем, разметкой, действиями защитника и нападающего; - закрепить способы действий с мячом; - учить простейшим действиям с мячом; - развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции; - воспитывать интерес и желание играть в футбол</p> | цапля» «Забеги в ворота» | саду, стр. 394 | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 69 |
|-------|--|--|---------------------------|--------------------------|-----------|--|---------------------------------|-------------------|--|

| | | | | | | | | |
|-------|--|---|-----------------|---|-----------|--|----------------------|--|
| 27.09 | | <p>«На именины к Винни Пуху»</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать навык ходьбы с закрытыми глазами; - научить детей перепрыгивать через препятствия двумя ногами; - способствовать совершенствованию глазомера при прокатывании обруча между предметами; - развивать ловкость при ползании на средних четвереньках, прокатывая мяч головой; - воспитывать внимательность при выполнении заданий. | «Кто ушел» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 187 | 22.09 | <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать ловкость, прыгучесть, точность движений, глазомер; - способствовать воспитанию выносливости; - воспитывать интерес к совместным коллективным действиям | «Кара си и шука» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 396 |
| 28.09 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать представления об элементах техники игры в футбол; - развивать координационные способности точность, выносливость; - воспитывать желание играть вдвоем, втроем. | «Мяч под сетку» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 64 | 26.09 (в) | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать умение вместе выполнять основные движения; - развивать физические качества, восприятие и ощущение; - формировать навык правильной осанки | «Под брось – поймай» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 45 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 396 |
| | | | | | 29.09 | <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать ловкость, прыгучесть, точность движений, глазомер; - способствовать воспитанию выносливости; - воспитывать интерес к совместным коллективным действиям | «Кара си и шука» | |

Октябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи средней дошкольный возраст (дети 4-5 лет) | Игры | Литература | Число | Программное содержание, задачи старший возраст (дети 6-7 лет) | Игры | Литература |
|--------|----------------------|---|------------|---|-----------|---|--------------------------------|---|
| 04.10. | «Осеннее настроение» | <p>«На именины к Винни Пуху»</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать навык ходьбы с закрытыми глазами; - научить детей перепрыгивать через препятствия двумя ногами; - способствовать совершенствованию глазомера при прокатывании обруча между предметами; - развивать ловкость при ползании на средних четвереньках, прокатывая мяч головой; - воспитывать внимательность при выполнении заданий. | «Кто ушел» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 187 | 03.10 (в) | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - закрепить правила игры; - продолжить разучивание тактики защиты и нападения в футболе; - совершенствовать технику владения мячом во взаимодействии с другими игроками; - учить ориентироваться на игровом пространстве; - формировать потребность и желание играть в футбол | «Футбол» (по командам) | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 71 |
| 05.10 | | <p><u>«Карусель»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ходить со сменой направления по зрительному ориентиру; - научить детей ходить по шнуру; - упражнять в прыжках на одной ноге; - развивать ловкость, точность движений; - активизировать словарь детей; - формировать у детей представления о нравственных | «Карусель» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 189 | 06.10 | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять прыжки вверх из глубокого приседа с продвижением вперед; - упражнять в ползании на низких четвереньках - научить детей ходить по шнуру, сохраняя равновесие; по наклонной доске; - закрепить умение перебрасывать мяч в | «Быстро возьми, быстро положи» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 399 |
| | | | | | 10.10 (в) | | «Футбол» (по командам) | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 71 |

| | | | | | | | | |
|-------|--|--|----------------------|---|-----------|--|-----------------------|---|
| | | нормах отношений с окружающими; - воспитывать умение совместно выполнять упражнения, прокатывая обручи между предметами. | | на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр.64 | | парах из разных исходных положений; - способствовать тренировке скорости реакции, ловкости | «Пустое место» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 402 |
| 11.10 | | <u>ОД традиционная структура</u> - формировать представления об элементах техники игры в футбол; - развивать координационные способности точность, выносливость; - воспитывать желание играть вдвоем, втроем. | «Мяч под сетку» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 192 | 13.10 | <u>ОД традиционная структура</u> - закрепить правила игры; - продолжить разучивание тактики защиты и нападения в футболе; - совершенствовать технику владения мячом во взаимодействии с другими игроками; | «Горелки» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 84 |
| 12.10 | | <u>«Карусель»</u> - формировать умение бегать с поворотом кругом, не наталкиваясь друг на друга; - научить детей ползать на животе по скамейке, подтягиваясь руками; - совершенствовать навык ходьбы по шнуру; - закреплять умение легко и пружинисто выполнять прыжки; - развивать ловкость, силу мышц рук, быстроту | «Огуречик, огуречик» | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.120 | 17.10 (в) | - учить ориентироваться на игровом пространстве; - формировать потребность и желание играть в футбол <u>«Занятия с элементами аэробики»</u> - научить детей выполнять гимнастические упражнения на лестнице; - способствовать развитию чувства ритма, пластики движений; | «Попади и сбей кеглю» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 407 |
| 18.10 | | <u>ОД традиционная структура</u> Способствовать освоению детьми умений: - бегать с ускорением, сочетать бег с подскоками; - ходить по скамейке, перешагивая через предметы | «Пилоты» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском | 20.10 | - развивать скоростные качества <u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить детей с правилами игры; | «Лови – не лови» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 80 Литвинова О.М. |

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--------------------|--|--|--|--|--|
| | | <p align="center"><u>«Цирк»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать навык бега мелким и широким шагом; - научить выполнять прямой галоп; - упражнять в прокатывании мяча из разных исходных положений; - развивать силу мышц рук, ползая по скамейке на животе; - развивать глазомер, умение ориентироваться в пространстве; - воспитывать выразительность при выполнении имитационных движений; - воспитывать культуру общения. | спрята на игрушка» | | | <p>игровой обстановке;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать умение поддерживать партнерские отношения; - воспитывать выдержку, настойчивость <p align="center"><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать ловкость и координацию движений в упражнении с футбольным мячом; - способствовать прыгучести и равновесия; - воспитывать умение действовать в коллективе <p align="center"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с правилами игры; - формировать простейшие технические приемы; - учить ориентироваться в игровой обстановке; - развивать умение поддерживать партнерские отношения; - воспитывать выдержку, настойчивость | | |
|--|--|--|--------------------|--|--|--|--|--|

Ноябрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи средний дошкольный возраст (дети 4-5 лет) | Игры | Литература | Число | Программное содержание, задачи старший возраст (дети 6-7 лет) | Игры | Литература |
|-------|-----------------|--|------|------------|-------|---|------|------------|
|-------|-----------------|--|------|------------|-------|---|------|------------|

| | | | | | | | | |
|--------|------------|--|--------------------|---|--------------|---|---------------------------|---|
| 01.11. | «Мир игры» | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>-сесть на мяч-хопп, покачаться; -прыжки по всему залу на мяче-хоппе; -броски мяча вдаль двумя руками из-за головы; -броски мяча вдаль двумя руками от груди; -броски мяча через сетку любым способом.</p> | «Найд и себе пару» | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.124 | 03.11 | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <p>- научить детей отбивать мяч о пол поочередно одной и другой рукой; - упражнять в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием; - развивать скоростно – силовые качества в прыжках вверх из глубокого приседа; - воспитывать стремление выполнять упражнения выразительно</p> | «Не урони» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 414 |
| 02.11 | | <p><u>«Путешествие на волшебный остров»</u></p> <p>- формировать умение бегать врассыпную с остановкой по сигналу; - научить детей ходить по доске с мешочком на голове; - упражнять в выполнении прямого галопа; - развивать ловкость, глазомер, равновесие; - воспитывать интерес к двигательной деятельности.</p> | «Кролики» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 199 | 07.11 (в) | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- дать понятие о настольном теннисе, познакомить с правилами; - отрабатывать технику выполнения удара толчком слева и справа; - воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения; - учить ориентироваться в игровой обстановке</p> | «Съедобное - несъедобное» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 86 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 417 |
| 08.11 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>способствовать освоению детьми умений: - прыгать с высоты 20-30 см; - проползать на животе под скамейкой; - перешагивать через кубы,</p> | «Еж с ежатами» | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного | 10.11 | <p><u>«Занятия с элементами аэробики»</u></p> <p>- научить детей выполнять гимнастические упражнения на кольцах;</p> | «Найди, где спрятано» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 86 Литвинова |
| | | | | | 14.11 (в) | | «Лови – не лови» | |

| | | | | | | | | |
|-------|---------------------------------|---|---------------------|---|------------------------|--|---|--|
| 09.11 | | <p>через рейки лестницы; - развивать умение ориентироваться в пространстве; - побуждать детей к самостоятельному проведению игр и упражнений.</p> <p><u>«Путешествие на волшебный остров»</u></p> <p>- формировать умение перестраиваться из колонны по 1 в колонну по 3 с места; - научить детей подлезать под препятствие боком; - упражнять в ходьбе и беге с выполнением дополнительных заданий; - упражнять в ходьбе с мешочком на голове; - развивать ловкость и координацию движений, умение быстро реагировать на сигнал.</p> | «У медведя во бору» | <p>го возраста, стр.129</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 202</p> <p>Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.129</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в</p> | 17.11 | <p>- совершенствовать владение мячом при ведении его в движении; - развивать скоростно – силовые качества в прыжках вверх с целью достать предмет; - воспитывать умение выполнять движения ритмично, согласованно с музыкой</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- дать понятие о настольном теннисе, познакомить с правилами; - отрабатывать технику выполнения удара толчком слева и справа; - воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения; - учить ориентироваться в игровой обстановке</p> | «Попрыгунчики – воробушки» «Наступление» | <p>О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 419</p> <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр.86</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 423</p> |
| 15.11 | «Мама, папа, я – дружная семья» | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>способствовать освоению детьми умений: -лазать по наклонной лестнице, держась руками за перекладины; -прыгать через 2-3 последовательных предмета; -ходить вверх и вниз по наклонной доске.</p> | «Перелет птиц» | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в</p> | 21.11 (в) 24.11 | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <p>- научить детей ползать по скамейке, подтягиваясь руками; - совершенствовать умение вести мяч в ходьбе и в беге; - развивать равновесие в ходьбе по буму с</p> | «Горелки» «Наступление» | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр.86</p> |

| | | | | | | | | |
|--------|--|--|----------------------|--|--------------|---|--|--|
| 16.11 | | <p align="center"><u>«В гости к Айболиту на автомобиле»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ходить и бегать со сменой ведущего; - продолжать знакомить детей со свойствами мяча в упражнениях с ним; - упражнять в подлезании под препятствие; - развивать равновесие в ходьбе по доске с усложнением; - воспитывать у детей интерес к сюжетно-ролевым играм по правилам дорожного движения | «Цветные автомобили» | <p>детском саду, стр. 205</p> <p>Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного</p> | 28.11 (в) | <p>дополнительным заданием;</p> <ul style="list-style-type: none"> - способствовать развитию прыгучести; - воспитывать внимательность и собранность при выполнении заданий <p align="center"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - дать понятие о настольном теннисе, познакомить с правилами; - отрабатывать технику выполнения удара толчком слева и справа; - воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения; | | |
| 22.11. | | <p align="center"><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>способствовать освоению детьми умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> -метать мяч в вертикальную и горизонтальную цели; -прыгать на мяче-хоппе; -бросать мяч о стену и ловить его | «Медведь» | <p>го возраста, стр.131 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 208</p> | | <p align="center"><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать силу мышц при выполнении статического задания; - развивать скоростные качества в беге; - развивать мелкую моторику кистей; - воспитывать внимательность, умение | | |
| 23.11 | | <p align="center"><u>«В гостях у Айболита»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей прыгать вверх из глубокого приседа; | «Цветные автомобили» | <p>Анисимова М.С., Хабарова Т.В.</p> | | <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать внимательность, умение | | |

| | | | | | | | | |
|--------|--|--|-----------------------|--|--|---|--|--|
| 29.11. | | <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать умение владеть мячом; - закрепить навык подлезания под препятствие; - развивать скоростно-силовые качества, ловкость, точность движений. <p><u>ОД традиционная структура</u> способствовать освоению детьми умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> -бросать мяч в парах разными способами (от груди, снизу); -катать мяч друг другу из разных исходных положений (сидя, лежа на животе и др.) | «Цветные автомобили» | <p>Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.131 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 208</p> | | <p>четко реагировать на команды инструктора. <u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - дать понятие о настольном теннисе, познакомить с правилами; - отрабатывать технику выполнения удара толчком слева и справа; - воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения. | | |
| 30.11 | | <p><u>«В гостях у Айболита»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей прыгать вверх из глубокого приседа; - совершенствовать умение владеть мячом; - закрепить навык подлезания под препятствие; - развивать скоростно-силовые качества, ловкость, точность движений. | «Перемыть всю посуду» | | | | | |

Декабрь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи средний дошкольный возраст (дети 4-5 лет) | Игры | Литература | Число | Программное содержание, задачи старший возраст (дети 6-7 лет) | Игры | Литература |
|--------|-------------------------------|--|-------------------|---|-----------|--|--|---|
| 06.12. | «Зимушка-зима у нас в гостях» | <p><u>«Магазин игрушек»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение перестраиваться в колонну по 3 в движении; - научить детей ходьбе по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь; - упражнять в прыжках из глубокого приседа; - развивать ловкость; - воспитывать стремление выполнять упражнения, используя творческое воображение | «Магазин игрушек» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 210 | 01.12 | <p><u>Сюжетное занятие «Смелые альпинисты»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей запрыгивать на предметы с разбега; - совершенствовать ведение мяча одной и другой руками в ходьбе и в беге; - закрепит умение ползать по скамейке на животе; - развивать ловкость; - способствовать тренировке выносливости | «Преодоление полос препятствий альпинистами» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 430 |
| 07.12. | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей со стойкой хоккеиста; - учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее, закрепить навык передачи шайбы в парах; - воспитывать уверенность в своих действиях, активность, инициативность в игре. | «Снайперы» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 90 | 05.12 (в) | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - учить ведению шайбы клюшкой толчком, останавливать шайбу клюшкой, забивать шайбу в ворота слева и справа; - развивать скорость, силовые качества, глазомер, | «Не пропусти шайбу» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 96 |
| 13.12. | | <p><u>«Магазин игрушек»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ходить в парах и быстро находить свою пару; - научить детей пролезать | «Птички и кошка» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 212 | 08.12 | | «Веселые парочки» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 432 |
| | | | | | | | | «Играйте на здоровье» Л.Н. |

| | | | | | | | | |
|--------|----------------------------|---|-----------------------|--|-----------|---|---|---|
| 14.12 | | <p>между рейками лестницы, поставленной на бок, на четвереньках;</p> <p>- развивать скоростно-силовые качества, равновесие;</p> <p>- воспитывать умение выполнять упражнения в паре.</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- продолжать знакомить детей со стойкой хоккеиста;</p> <p>- учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее, закрепить навык передачи шайбы в парах;</p> <p>- воспитывать уверенность в своих действиях, активность инициативность в игре.</p> | «Снайперы» | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 90</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 215</p> | 12.12 (в) | <p>координацию движений;</p> <p>- формировать навыки взаимодействия при выполнении различных упражнений;</p> <p>- развивать умение анализировать игровую ситуацию</p> <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <p>- научить детей ползать по-пластунски;</p> <p>- упражнять в прыжках на 2-х ногах с дополнительным заданием;</p> <p>- закрепить умение вести мяч разными способами;</p> <p>- способствовать тренировке стартовой скорости;</p> <p>- воспитывать умение согласовывать свои движения с движениями своих товарищей</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- учить ведению шайбы клюшкой</p> | «Не пропусти шайбу» | <p>Волошина, Т.В. Курилова стр. 96</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 436</p> |
| 20.12. | «К нам приходит Новый год» | <p><u>«Пожарные на учениях»</u></p> <p>- научить детей отбивать мяч о пол, стоя на месте;</p> <p>- упражнять в пролезании между рейками лестницы, поставленной на бок, на низких четвереньках;</p> <p>- развивать равновесие в ходьбе по доске, сходясь и расходясь при встрече;</p> <p>- способствовать развитию ловкости, быстроты;</p> <p>- воспитывать внимательность при выполнении двигательной деятельности</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- познакомить детей со стойкой хоккеиста;</p> <p>- учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее, закрепить</p> | «Пожарные на учениях» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 90 | 15.12 | <p>«Угадай спортивный снаряд»</p> <p>«Хоккеисты»</p> | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 98</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.438</p> | |
| 21.12. | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- познакомить детей со стойкой хоккеиста;</p> <p>- учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее, закрепить</p> | «Снайперы» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 90 | 19.12 (в) | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 215</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- познакомить детей со стойкой хоккеиста;</p> <p>- учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее, закрепить</p> | | «Играйте на |

| | | | | | | | | |
|--------|--|--|------------------------------|---|-----------|---|-----------------------------------|---|
| | | <p>навык передачи шайбы в парах; - воспитывать уверенность в своих действиях, активность инициативность в игре.</p> | | <p>занятия в детском саду, стр. 217</p> | | <p>толчком, останавливать шайбу клюшкой, забивать шайбу в ворота слева и справа; - развивать скорость, силовые качества, глазомер, координацию движений; - формировать навыки взаимодействия при выполнении различных упражнений; - развивать умение анализировать игровую ситуацию</p> | <p>«Отбор и у противника мяч»</p> | <p>здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 98, 152 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.438</p> |
| 27.12. | | <p><u>«Пожарные на учениях»</u> - формировать умение бегать с преодолением препятствий; - научить детей прыжкам с продвижением вперед через предметы; - упражнять в отбивании мяча о пол на месте; - развивать ловкость при пролезании под препятствием на низких четвереньках; - способствовать развитию скоростных качеств в беге.</p> | <p>«Пожарные на учениях»</p> | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 91</p> | 22.12 | | | |
| 28.12. | | <p><u>ОД традиционная структура</u> - расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой; - совершенствовать ведение шайбы; - учить забивать шайбу в ворота, обеспечить соблюдение правил безопасной игры.</p> | <p>«Зайцы и волк»</p> | | 26.12 (в) | <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, подвижных играх»</u> - развивать глазомер при выполнении бросков мяча в корзину; - развивать ловкость и координацию движений в упражнениях с хоккейной клюшкой, ракеткой; - упражнять в приеме мяча,</p> | <p>«Хоккеисты»</p> | |
| | | | | | 29.12 | | <p>«Отбор и у противника мяч»</p> | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | <p>отскочившего от стены;</p> <ul style="list-style-type: none">- прививать интерес к занятиям физкультурой <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none">- разучить с детьми правила игры;- учить играть командами;- учить ударять по скользящей шайбе справа и слева;- развивать скоростно – силовые качества;- побуждать детей к самостоятельной организации игр с клюшкой и шайбой <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none">- формировать умение владеть футбольными приемами;- научить детей ходить по гимнастическому буму с усложнением;- упражнять в ползании по – | |
|--|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|--|
| | | | | | <p>пластунски с дополнительным заданием;</p> <ul style="list-style-type: none">- закрепить умение запрыгивать на возвышение и спрыгивать с него;- воспитывать смелость построение в шеренгу, перестроение в 2 шеренги и обратно в одну, построение в колонну, ходьба с мячом, на носках, на пятках, по сигналу с поворотом кругом, бег с мячом с преодолением препятствий <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none">- разучить с детьми правила игры;- учить играть командами;- учить ударять по скользящей шайбе справа и слева;- развивать скоростно – силовые качества;- побуждать детей к самостоятельной организации игр с клюшкой и шайбой | |
|--|--|--|--|--|---|--|

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|---|--|--|
| | | | | | | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение владеть футбольными приемами; - научить детей ходить по гимнастическому буму с усложнением; - упражнять в ползании по – пластунски с дополнительным заданием; - закрепить умение запрыгивать на возвышение и спрыгивать с него; - воспитывать смелость построение в шеренгу, перестроение в 2 шеренги и обратно в одну, построение в колонну, ходьба с мячом, на носках, на пятках, по сигналу с поворотом кругом, бег с мячом с преодолением препятствий | | |
|--|--|--|--|--|--|---|--|--|

Январь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи средний дошкольный возраст (дети 4-5 лет) | Игры | Литература | Число | Программное содержание, задачи старший возраст (дети 6-7 лет) | Игры | Литература |
|--------|--------------------------------------|--|--------------------|--|-----------|--|----------------------------|---|
| 10.01. | «Мы встречаем Новый год и Рождество» | <u>ОД традиционная структура</u> -отбивать мяч на месте правой и левой рукой поочередно; -отбивать мяч двумя руками в движении; -бросать мяч: об пол в движении; в корзину двумя руками от груди | «Вороны» | Анисимов А.М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.142 | 09.01 (в) | <u>ОД традиционная структура</u> - разучить с детьми правила игры; - учить играть командами; - учить ударять по скользящей шайбе справа и слева; - развивать скоростно – силовые качества; - побуждать детей к самостоятельной организации игр с клюшкой и шайбой | «Хоккеисты» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 98 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.438 |
| 11.01. | | <u>«Зимние забавы»</u> - формировать навык перестроения из 2-х колонн в две шеренги; - упражнять в беге навстречу друг другу, не наталкиваясь; - развивать глазомер в метании в цель; - способствовать развитию прыгучести и тренировке вестибулярного аппарата. | «Снежинки-пушинки» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 219 «Играйте на здоровье» | 12.01 | <u>Традиционная структура занятия</u> - формировать умение владеть футбольными приемами; - научить детей ходить по гимнастическому буму с усложнением; - упражнять в ползании по – пластунски с | «Отбор и у противника мяч» | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина стр. 166 |
| 17.01. | | <u>ОД традиционная структура</u> - расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой; - совершенствовать ведение шайбы, учить забивать шайбу в | «Зайцы и волк» | Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 91 | 16.01 (в) | | «Светофор», «Повороты» | |

| | | | | | | | | |
|--------|--------|---|--|--|--------------|--|--|---|
| 18.01. | | ворота, обеспечить соблюдение правил безопасной игры. <u>«Зимние забавы – занятие-игра»</u> - формировать навык размыкания на вытянутые руки вперед и в стороны; - упражнять детей в прыжках с высоты; - развивать ловкость в подбрасывании мяча и ловле его; - развивать силу мышц рук, лазая по лестнице | «Перелет птиц» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 222 «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. | 19.01 | дополнительным заданием; - закрепить умение запрыгивать на возвышение и спрыгивать с него; - воспитывать смелость построение в шеренгу, перестроение в 2 шеренги и обратно в одну, построение в колонну, ходьба с мячом, на носках, на пятках, по сигналу с поворотом кругом, бег с мячом с преодолением препятствий | «Сумей изобразить спортсмена» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 441 «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина стр. 244 |
| 24.01 | «Зима» | <u>ОД традиционная структура</u> - расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой; - совершенствовать ведение шайбы; - учить забивать шайбу в ворота, обеспечить соблюдение правил безопасной игры. | «Зайцы и волк» | Курилова стр. 91 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 225 | 23.01 (в) | <u>ОД традиционная структура</u> - развивать выносливость силу при катании на санках, развивать ловкость при скатывании с горы и выполнении различных игровых упражнений в движении с санками; - способствовать формированию навыков правильной осанки; - воспитывать | «Вышло солнце из-за речки» «Забей гол в ворота» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 443 «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина стр. 244 |
| 25.01. | | «Путешествие в зоопарк» - формировать навык ходьбы и бега с преодолением препятствий; - научить детей метать предметы в горизонтальную цель одной рукой; - упражнять детей в перелезании через препятствие; - закрепить умение ходить по наклонной доске; - развивать имитационные | «Загадай, отгадай и повтори» «Веселые | Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность | 26.01 | | «Вышло солнце из-за речки» | |

| | | | | | | | | |
|-------|--|---|----------|---|-----------|---|--|--|
| 31.01 | | <p>способности.</p> <p><u>ОД традиционная структура</u> Способствовать освоению детьми умений: -бросать мяч через сетку вдаль двумя руками разными способами (из-за головы, от груди); -прыгать на мяче-хопке по ориентирам.</p> | зайчата» | младшего и среднего дошкольного возраста, стр.146 | 30.01 (в) | <p>желание выполнять двигательные действия и получать от этого удовольствие</p> <p><u>«Занятия с элементами аэробики»</u></p> <p>- формировать умение перестраиваться по расчету; - научить детей лазать по веревочной лестнице; - совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с места; - воспитывать творчество и воображение</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- продолжать знакомить детей с Белгородскими народными играми; - приобщать к народному творчеству; - развивать ловкость, быстроту, выносливость; - укреплять опорно-</p> | | |
|-------|--|---|----------|---|-----------|---|--|--|

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | <p>двигательный аппарат</p> <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять броски в цель из разных исходных положений; - совершенствовать умение сохранять равновесие, пробегая по буму с обручем в руках; - закрепить умение ползать по-пластунски; - развивать точность движений и глазомер <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с Белгородскими народными играми; - приобщать к народному творчеству; - развивать ловкость, быстроту, выносливость; - укреплять опорно-двигательный аппарат | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|

Февраль

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи средний дошкольный возраст (дети 4-5 лет) | Игры | Литература | Число | Программное содержание, задачи старший возраст (дети 6-7 лет) | Игры | Литература |
|--------|------------------------------|---|---------------------|---|-----------|---|-----------------|---|
| 01.02 | «Профессии наших родителей». | <p><u>«В гости к Красной Шапочке»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение выполнять повороты кругом, переступая на месте; - упражнять детей в ходьбе и беге по наклонной доске; - совершенствовать навык энергичного отталкивания в прыжках вверх с места с касанием предмета рукой; - развивать глазомер в метании в горизонтальную цель; - способствовать развитию равновесия и ловкости | «Мыши в кладовой» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 232 | 02.02 | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей прыгать через короткую скакалку разными способами; - совершенствовать умение метать в горизонтальную и вертикальную цели; - развивать и закреплять умение сохранять равновесие в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием; - воспитывать собранность и дисциплину | «Перелет птиц» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 449 |
| 07.02. | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой; - совершенствовать ведение шайбы; - учить забивать шайбу в ворота, обеспечить соблюдение правил безопасной игры. | «Зайцы и волк» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 91 | 06.02 (в) | <p><u>«Движение с увлечением»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать выносливость силу при катании на санках, развивать ловкость при скатывании с горы и выполнении различных игровых упражнений в движении с санками; - способствовать формированию | «Собери флажки» | «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 167 |
| 08.01 | | <p><u>«В гости к Красной Шапочке»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ползать на средних и низких четвереньках по доске; - развивать ловкость и | «Подбрось-поймай» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 235 | 09.02 | | «Пустое место» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 452 |
| | | | «Мы-веселые ребята» | Анисимова | | | | «Выходи играть во двор» Л.Н. |

| | | | | | | | | |
|--------|-------|--|---|---|---|---|--|---|
| 14.02. | | <p>равновесие в ходьбе, беге и прыжках по наклонной доске; - закрепить навык энергичного отталкивания в прыжках вверх; - воспитывать смелость и внимательность.</p> <p><u>ОД традиционная структура</u> Способствовать освоению детьми умений: -прыгать в длину через 4-6 последовательно расположенных линий; -ползать по скамейке на четвереньках.</p> | | <p>М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.149</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 238</p> | <p>13.02 (в)</p> <p>16.02</p> | <p>навыков правильной осанки; - воспитывать желание выполнять двигательные действия и получать от этого удовольствие</p> <p><u>«Занятия с элементами аэробики»</u></p> <p>- научить детей выполнять гимнастические упражнения на кольцах; - упражнять в прыжках через короткую скакалку между предметами; - способствовать развитию чувства ритма при выполнении упражнений в ходьбе;</p> <p>- воспитывать эстетическое выполнение упражнений <u>«Движение с увлечением»</u></p> <p>- развивать выносливость силу при катании на санках, развивать</p> | <p>«Собор и флажки»</p> <p>«Кого назвали, тот и ловит»</p> <p>«Давай померяемся»</p> <p>«Попад и в цель»</p> | <p>Волошина, стр. 167</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 454</p> <p>«Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 183</p> <p>«Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 185</p> |
| 15.02. | 21.02 | <p>«Мой веселый звонкий мяч» - научить детей выполнять активный захват при бросках мяча из-за головы через шнур; - упражнять детей в прыжках на месте с мячом между коленями, добываясь пружинистых движений; - развивать равновесие, ловкость; - воспитывать у детей интерес к играм с мячом</p> <p><u>ОД традиционная структура</u> Способствовать освоению</p> | <p>«Юла»</p> <p>«Ловишки с ленточкой»</p> | <p>Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста,</p> | <p>20.02 (в)</p> <p>27.02 (в)</p> | <p>навыков правильной осанки; - воспитывать желание выполнять двигательные действия и получать от этого удовольствие</p> <p><u>«Занятия с элементами аэробики»</u></p> <p>- научить детей выполнять гимнастические упражнения на кольцах; - упражнять в прыжках через короткую скакалку между предметами; - способствовать развитию чувства ритма при выполнении упражнений в ходьбе;</p> <p>- воспитывать эстетическое выполнение упражнений <u>«Движение с увлечением»</u></p> <p>- развивать выносливость силу при катании на санках, развивать</p> | <p>«Собор и флажки»</p> <p>«Кого назвали, тот и ловит»</p> <p>«Давай померяемся»</p> <p>«Попад и в цель»</p> | <p>Волошина, стр. 167</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 454</p> <p>«Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 183</p> <p>«Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 185</p> |

| | | | | | | | | |
|-------|--|--|--------------------|--|--|---|--|--|
| 22.02 | | <p>детьми умений: -прыгать на мяче-хоппе «змейкой» между предметами; -мететь в горизонтальную (расстояние 2-2.5 м) и вертикальную (расстояние 1,5 – 2 м) цели; -бросать мяч о стену двумя руками и ловить его; -развивать глазомер,гибкость,ловкость</p> | «Найди и промолчи» | <p>стр.149 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 240</p> | | <p>ловкость при скатывании с горы и выполнении различных игровых упражнений в движении с санками; - способствовать формированию навыков правильной осанки; - воспитывать желание выполнять двигательные действия и получать от этого удовольствие</p> | | |
| 28.02 | | <p>«Мой веселый звонкий мяч» -научить детей ходьбе по скамейке с выполнением дополнительных заданий; -упражнять в бросках мяча через препятствие, формируя у них представление об исходном положении; -способствовать укреплению мышц ног в прыжках; -воспитывать внимательность и волевое качество - выдержку</p> <p><u>ОД традиционная структура</u> Способствовать освоению детьми умений: -бросать об пол и ловить его; -отбивать мяч одной и двумя руками, стоя на месте; -отбивать мяч любым способом в движении; -бросать мяч в корзину двумя руками способом от груди</p> | «Жуки» | <p>Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.162</p> | | <p><u>Традиционная структура занятия</u> - научить (упражнять) детей подлезать под дугу в группировке; - упражнять в метании в движущуюся цель; - совершенствовать умение сохранять равновесие на ограниченной площади опоры с усложнением; - закрепить умение прыгать через короткую скакалку; - воспитывать внимательность</p> <p><u>«Мы – спортсмены»</u></p> | | |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | <p>- развивать чувство «лыж», «чувство снега», ориентировку в пространстве и совершенствовать функции равновесия;</p> <p>- формировать у детей стремление к систематическим занятиям физкультурой, потребности в здоровом образе жизни, совершенствовать функции и закалывание организма</p> <p><u>«Палки в руки и на лыжи!»</u></p> <p>-формировать способы познавательной деятельности;</p> <p>-совершенствовать умения и навыки в ходьбе на лыжах;</p> <p>-побуждать детей к самостоятельному использованию знаковых видов и способов закалывания в ДОО</p> | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|

Март

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи средний дошкольный возраст (дети 4-5 лет) | Игры | Литература | Число | Программное содержание, задачи старший возраст (дети 6-7 лет) | Игры | Литература |
|--------|-------------------|--|---------------------|---|-----------|---|---------------------------|--|
| 01.03. | «Поздравляем мам» | <p><u>«Волшебная палочка-выручалочка»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -познакомить детей со свойствами гимнастической палки и упражнениями с ней; - научить детей прыгать на одной ноге на месте; - упражнять в перестроении из колонны по 1 в колонну по 2 в движении; - закрепить умение бросать мяч через шнур, добиваясь высокой траектории полета мяча | «Пастух и стадо» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 242 | 02.03 | <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить отбивать волан бадминтонной ракеткой правой и левой руками; - способствовать развитию ловкости и координации в беге, в прыжках через скакалку и в лазании по лестнице; | «Совушка» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 456 |
| 07.03. | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол; - создавать общее представление о действиях в игре; - воспитывать целеустремленность, желание достичь положительного результата; - развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, внимание. | «Не урони!» | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 118</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 245</p> | 06.03 (в) | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать ловкость смелость быстроту; - развивать инициативность, активность, самостоятельность; - приобщать к здоровому образу | «Кто скорее до флажка» | <p>«Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр.167</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 459</p> |
| 14.03. | | <p><u>«Волшебная палочка-выручалочка»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в лазании по гимнастической лестнице удобным способом; | «Подбрось – поймай» | | 09.03 | | «Удержи волан на ракетке» | «Выходи играть во |

| | | | | | | | | |
|--------|-----------------|---|---------------|---|-------------------------------|--|--|--|
| 15.03. | | <ul style="list-style-type: none"> - развивать равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке; - развивать ловкость и координацию в прыжках в высоту; - способствовать тренировке выносливости; - воспитывать интерес к занятиям физкультурой. <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол; - создавать общее представление о действиях в игре; - воспитывать целеустремленность, желание достичь положительного результата; - развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, внимание. | «Не урони!» | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 118</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 248</p> | <p>13.03 (в)</p> <p>16.03</p> | <p>жизни; - воспитывать желание проявлять волю при преодолении трудностей</p> <p style="text-align: center;"><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ходить по гимнастическому буму, выполняя упражнения с бадминтонной ракеткой; - упражнять в подбивании ракеткой воланчика; - упражнять в подлезании под дугу боком; - способствовать развитию ловкости, тренировке реакции; - воспитывать внимательность <p style="text-align: center;"><u>«На санках»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - способствовать совершенствованию навыка катания на санках с отталкиванием ногами; - формировать умение и навыки самостоятельно | <p>«Пробег и не задень», «Череп ахи»</p> <p>«Будь внимателен»</p> <p>«Попад и в корзину»</p> | <p>двор» Л.Н. Волошина, стр.169</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 462</p> <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 125</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 464</p> |
| 21.03. | «Книжка неделя» | <p style="text-align: center;"><u>«Автомобилисты»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить метать предметы на дальность; - развивать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; - развивать координацию движений при лазании по гимнастической стенке; - воспитывать собранность и внимательность при выполнении заданий по зрительному сигналу <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> | «Скок-поскок» | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 118</p> | 20.03 (в) | | | |
| 22.03. | | <p>«Не урони!»</p> | «Не урони!» | <p>Литвинова О.М.</p> | | | | |

| | | | | | | | |
|-------|---|----------------------|--|-----------|--|-------------------------|--|
| 28.03 | <p>- продолжать знакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол;</p> <p>- создавать общее представление о действиях в игре;</p> <p>- воспитывать целеустремленность, желание достичь положительного результата;</p> <p>- развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, внимание.</p> | «Такси» | <p>Физкультурные занятия в детском саду, стр. 251</p> | 23.03 | <p>применять ранее изученные игровые упражнения;</p> <p>- развивать у детей интерес к физической культуре;</p> <p>- формировать позитивные установки в различных видах двигательной деятельности</p> | «Отраз и волан» | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 125</p> |
| | <p><u>«Автомобилисты»</u></p> <p>- формировать навык остановки на звуковой сигнал в ходьбе;</p> <p>- научить детей выполнять прыжок в высоту с места;</p> <p>- совершенствовать замах и активный бросок при выполнении метания на дальность;</p> <p>- способствовать воспитанию выносливости в беге;</p> <p>- воспитывать смелость, лазая по гимнастической стенке.</p> | «Чье звено быстрее?» | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 118</p> | 27.03 (в) | <p><u>«Занятия с элементами аэробики»</u></p> <p>- научить выполнять упражнения с длинной скакалкой;</p> <p>- упражнять в лазании по веревочной лестнице чередующимся шагом;</p> <p>- совершенствовать умение сохранять равновесие в ходьбе по шнуру с мешочком на голове;</p> | «Попад и в корзину у» | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 467</p> |
| 29.03 | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- продолжать знакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол;</p> <p>- продолжать формировать навык передачи, ловли, ведения мяча;</p> <p>- создавать ситуации, побуждающие к коллективным действиям с мячом;</p> | | | 30.03 | <p>- развивать ловкость, координацию движения;</p> <p>- воспитывать выносливость</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> | «Перебрось через сетку» | |

| | | | | | | |
|--|---|--|--|---|--|--|
| | <p>- развивать точность, ловкость, глазомер</p> | | | <p>- разучить правила игры в баскетбол, историей ее возникновения; - познакомить с площадкой, с действиями защитников, нападающих; - совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; - развивать точность, координацию движения, глазомер; - воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность</p> <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <p>- научить детей выполнять прыжок в высоту с разбега; - упражнять в ходьбе по гимнастическому буму с высоким подниманием бедра и хлопком пол коленом; - закрепить умение работать с ракеткой и воланом; - развивать быстроту, ловкость,</p> | | |
|--|---|--|--|---|--|--|

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | <p>точность, глазомер; - укреплять мышцы ног и рук</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- разучить правила игры в баскетбол, историей ее возникновения; - познакомить с площадкой, с действиями защитников, нападающих; - совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; - развивать точность, координацию движения, глазомер; - воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность</p> <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <p>-совершенствовать умение работать с ракеткой и воланом; -развивать ловкость, точность, координацию</p> | |
|--|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | движений, глазомер; -способствовать укреплению мышц тела. | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

Апрель

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи средний дошкольный возраст (дети 4-5 лет) | Игры | Литература | Число | Программное содержание, задачи старший возраст (дети 6-7 лет) | Игры | Литература |
|--------|-------------------|--|----------------------|---|-----------|--|--------------------|---|
| 04.04. | «Неделя здоровья» | <p style="text-align: center;"><u>«Веселые туристы»</u></p> формировать представление о перестроении из колонны по 1 в колонну по 4; - научить ходьбе по наклонной доске с дополнительными заданиями для рук; - упражнять в прыжках в высоту с места, добиваясь координации движений при взмахе руками и толчке ногами; - развивать глазомер при метании вдаль; - способствовать развитию быстроты | «Не забегай в круг» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 253 | 03.04 (в) | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> - закрепить правила игры; - продолжить разучивание техники защиты и нападения в мини – баскетболе; - закрепить технику ведения мяча, бросков в корзину; - формировать стремление к достижению положительных результатов | «Горячий мяч» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 127 |
| 05.04. | | <p style="text-align: center;"><u>ОД традиционная структура</u></p> - продолжать знакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол; - продолжать формировать навык передачи, ловли, ведения мяча; - создавать ситуации, побуждающие к коллективным действиям с мячом; | «Чье звено быстрее?» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 119 | 06.04 | <p style="text-align: center;"><u>Традиционная структура занятия «Мы – туристы»</u></p> - научить детей выполнять гимнастические упражнения на | «Пронеси не урони» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 469 |
| 11.04. | | | «Скок-поскок» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в | 10.04 | упражнения на | «Горячий мяч» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 127 |

| | | | | | | | | |
|--------|--|---|-----------------------------|---|--|--|---|---|
| 12.04 | | <p>- развивать точность, ловкость, глазомер.</p> <p><u>«Веселые туристы»</u></p> <p>- формировать умение перестраиваться из колонны по 1 в колонну по 4 в движении;</p> <p>- научить детей лазать по лестнице с переходом с пролета на пролет;</p> <p>- развивать равновесие в ходьбе по наклонной доске и при выполнении упражнений после ходьбы;</p> <p>- закрепить умение выполнять прыжок через препятствие легко и пружинисто.</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- продолжать знакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол;</p> <p>- продолжать формировать навык передачи, ловли, ведения мяча;</p> <p>- создавать ситуации, побуждающие к коллективным действиям с мячом;</p> <p>- развивать точность, ловкость, глазомер.</p> | «Чье звено быстрее?» | <p>детском саду, стр. 256</p> <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 119</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 258</p> <p>Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и</p> | (в) 13.04 17.04 (в) 20.04 | <p>кольцах;</p> <p>- совершенствовать технику прыжка в высоту с разбега;</p> <p>- познакомить детей с элементами тенниса;</p> <p>- способствовать укреплению мышц рук;</p> <p>- воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- закрепить правила игры;</p> <p>- продолжить разучивание техники защиты и нападения в мини – баскетболе;</p> <p>- закрепить технику ведения мяча, бросков в корзину;</p> <p>- формировать стремление к достижению положительных результатов</p> <p>- воспитывать выдержку, целеустремленность</p> <p><u>«Занятия с элементами аэробики»</u></p> <p>- научить детей выполнять</p> | <p>«Наседка и коршун»</p> <p>«Горячий мяч»</p> <p>«Догон и свою пару»</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 472</p> <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 127</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 474</p> <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 127</p> |
| 18.04. | | <p><u>«На помощь к трем пороссятам»</u></p> <p>-научить детей метать в горизонтальную цель (способом сверху);</p> <p>- упражнять в лазании по лестнице, с переходом с</p> | «Нам не страшен серый волк» | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--------|----------------|--|--|--|-------------------------------|---|---|---|
| 19.04. | | <p>пролета на пролет; - развивать равновесие, выполняя ходьбу по наклонной доске с перешагиванием через предметы; - воспитывать творческое воображение при выполнении физкультурных упражнений <u>ОД традиционная структура</u> Способствовать освоению детьми умений: -катать обруч друг другу; -бросать мяч вверх и ловить его в движении; -метать мяч в вертикальную цель; -развивать вестибулярный аппарат, глазомер, ловкость, внимание</p> | «Карусель» | <p>среднего дошкольного возраста, стр.170 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 261</p> <p>Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста, стр.170</p> | <p>24.04 (в)</p> <p>27.04</p> | <p>равновесие – ласточку, стоя на гимнастическом буме; - упражнять метание в горизонтальную цель; - укреплять мышцы рук и брюшного пресса в упражнениях на гимнастической лестнице; - воспитывать собранность, внимательность на занятиях физкультурой <u>ОД традиционная структура</u> - закрепить правила игры; - продолжить разучивание техники защиты и нападения в мини – баскетболе; - закрепить технику ведения мяча, бросков в корзину; - формировать стремление к достижению положительных результатов - воспитывать выдержку, целеустремленность <u>Традиционная структура занятия</u> - научить детей</p> | <p>«Мини - баскетбол»</p> <p>Ловишка, бери ленту»</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 477</p> |
| 25.04. | «Весна пришла» | <p><u>«В гости к трем пороссятам»</u> - научить детей выполнять прыжки через короткую скакалку, неподвижно висящую над полом; - совершенствовать умение метать в горизонтальную цель; - упражнять в лазании по лестнице с пролета на пролет; - способствовать развитию умения ориентироваться в пространстве</p> | «Зайка серый умывается» «Цыплята» | | | | | |

| | | | | | | | | |
|-------|--|---|-------------|--|--|---|--|--|
| 26.04 | | <p><u>ОД традиционная структура</u> Способствовать освоению детьми умений: -бросать мяч вдале разными способами (из-за головы, от груди); -бросать мяч через сетку любым способом; -бросать мяч в стену и ловить его; -прыгать на мяче - хоппе</p> | на полянке» | | | <p>подбивать шарик теннисной ракеткой, стоя на месте; - совершенствовать умение выполнять гимнастические упражнения на лестнице; - закрепить умение выполнять прыжок в высоту с разбега; - развивать ловкость, координацию движений; - воспитывать выносливость</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- закрепить правила игры; - продолжить разучивание техники защиты и нападения в мини – баскетболе; - закрепить технику ведения мяча, бросков в корзину; - формировать стремление к достижению положительных результатов - воспитывать выдержку, целеустремленность</p> | | |
|-------|--|---|-------------|--|--|---|--|--|

«Занятие»

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | <p><u>построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в подбивании мяча теннисной ракеткой в движении; - развивать ловкость и скоростные качества в игре с бегом и увертыванием; - способствовать развитию равновесию; - воспитывать смелость | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

Май

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи средний дошкольный возраст (дети 4-5 лет) | Игры | Литература | Число | Программное содержание, задачи старший возраст (дети 6-7 лет) | Игры | Литература |
|--------|--------------------|--|----------------------|---|-------|--|----------------|---|
| 02.05. | «Я в детском саду» | <p>«На солнечной полянке»</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать представление о равнении по ориентиру и выполнять команду: «Равняйся!», «Смирно!»; - научить детей ходить по наклонной доске со взмахами рук; - упражнять в прыжках через короткую скакалку; | «Раз, два, три, ищи» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 263 | 04.05 | <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать представление о челночным бегом; - научить детей выполнять прыжок в длину с разбега; - упражнять в выполнении | «Мяч водящему» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 479 Литвинова О.М. Физкультурные занятия в |

| | | | | | | | | |
|--------|--|---|-------------------|---|-----------------------------------|---|---|--|
| 03.05. | | <ul style="list-style-type: none"> - закрепить умение метать в горизонтальную цель; - развивать умение ориентироваться в пространстве. <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с площадкой для игры «городки»; - закрепить способы построения простых фигур, познакомить с новыми фигурами; - отрабатывать энергичное отталкивание в прыжках; - формировать технику метания биты способом «от плеча»; - учить правилам безопасной игры; - воспитывать интерес к русским народным играм; - развивать координацию движений, точность. | «Попади в брусок» | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 103</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 266</p> | <p>11.05</p> <p>15.05 (в)</p> | <p>равновесия на ограниченной площади опоры;</p> <ul style="list-style-type: none"> - закрепить умение владеть теннисной ракеткой и шариком; - развивать координацию движений <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей лазать по канату в три приема; - совершенствовать технику прыжка в длину с разбега; - упражнять детей в игре с ракеткой и шариком; - закрепить умение выполнять равновесие на ограниченной площади опоры; - воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - вызвать интерес к игре «Городки»; - развивать силу, | <p>«Докат и мяч до обруча»</p> <p>игра в городки и</p> <p>«Охотники и утки»</p> | <p>детском саду, стр. 483</p> <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 112</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 485</p> <p>«Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина, стр. 303</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 489</p> <p>«Играйте на здоровье»</p> |
| 10.05. | | <p>«На солнечной полянке»</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ходить спиной вперед; - научить детей перелезать через верхнюю планку лестницы-стремянки; - развивать равновесие в ходьбе по наклонной доске с поворотом вокруг себя на середине; - способствовать развитию умения ориентироваться в пространстве и быстроты | «Прятки» | <p>«Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова</p> | 18.05 | <p>равновесия на ограниченной площади опоры;</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - вызвать интерес к игре «Городки»; - развивать силу, | «Охотники и утки» | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 489</p> <p>«Играйте на здоровье»</p> |

| | | | | | | | | |
|----------------------|------------------------------|---|---|--|-------------------------------|---|--|---|
| 16.05. | «Что за прелесть эти сказки» | <p>движений;</p> <p>- закрепить умение прыгать через короткую скакалку, добываясь ритмичности и многократности прыжков.</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- продолжать знакомить детей с площадкой для игры, инвентарем для игры (городки, биты);</p> <p>- повторить названия и построение фигур;</p> <p>- формировать технику правильного броска биты;</p> <p>- закрепить технику выполнения бега «змейкой», прыжков, ходьбы на четвереньках;</p> <p>- развивать координацию движений, воображения.</p> | «Кто дальше?» | <p>стр. 103</p> <p>Литвинова О.М.</p> <p>Физкультурные занятия в детском саду, стр. 269</p> <p>«Играйте на здоровье»</p> <p>Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова</p> <p>стр. 103</p> | <p>22.05 (в)</p> <p>25.05</p> | <p>координацию движений, глазомер;</p> <p>- продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель;</p> <p>- следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска;</p> <p>- развивать у детей чувства коллективизма в командной игре</p> <p><u>Традиционная структура занятия</u></p> | <p>«10 передач»</p> <p>«Пионербол»</p> | <p>Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова</p> <p>стр. 109</p> |
| 17.05. 23.05. | | <p>«Поиграй-ка, поиграй-ка, наш веселый стадион»</p> <p>- учить детей метать в вертикальную цель;</p> <p>- развивать равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы;</p> <p>- развивать скоростные качества в беге;</p> <p>- воспитывать смелость при перелезании через лесенку-стремянку</p> <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <p>- продолжать знакомить детей с площадкой для игры, инвентарем для игры (городки,</p> | <p>«Мы веселые ребята»</p> <p>«Кто дальше?»</p> | <p>Литвинова О.М.</p> <p>Физкультурные занятия в детском саду, стр. 271</p> <p>«Играйте</p> | <p>29.05</p> | <p>- научить детей слитному выполнению метания в даль с полным выпрямлением руки и энергичным движением кисти;</p> <p>- упражнять в лазание по канату в три приема;</p> <p>- закрепить технику выполнения прыжка в длину с разбега, без заступа за линию отталкивания;</p> | <p>«Передвинь флажок»</p> | |

| | | | | | | | | |
|--------|--|--|-------------------|--|--|--|--|--|
| | | биты); - повторить названия и построение фигур; - формировать технику правильного броска биты; - закрепить технику выполнения бега «змейкой», прыжков, ходьбы на четвереньках; | «Мяч через сетку» | на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 103 | | - воспитывать умение контролировать на деталях упражнения <u>ОД традиционная структура</u> - закрепить подлезание в обруч в группировке; | | |
| 24.05. | | - развивать координацию движений, воображения. «Поиграй-ка, поиграй-ка, наш веселый стадион» -научить детей прыжку в длину с места; -упражнять в метании в вертикальную цель; -закрепить умение лазать по лестнице в усложненных условиях; | «Кто дальше?» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 103 | | - совершенствовать прыжки из обруча в обруч, правым, левым боком; - развивать силу рук, координацию движений, умение действовать по сигналу, быстроту, ловкость, внимание, меткость - формировать потребность в двигательной активности, развивать творческие способности; | | |
| 30.05 | | -развивать ловкость, быстроту реакции; -воспитывать умение действовать коллективно <u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить детей с площадкой для игры, инвентарем для игры (городки, биты); | «Кто дальше?» | | | - учить взаимодействовать в коллективе, воспитывать выдержку, самостоятельность | | |
| 31.05 | | - повторить названия и построение фигур; - формировать технику правильного броска биты; - закрепить технику выполнения бега «змейкой», прыжков, ходьбы на четвереньках; | «Кто дальше?» | | | <u>Традиционная структура занятия</u> - научить детей | | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - развивать координацию движений, воображения. <u>ОД традиционная структура</u> - продолжать знакомить детей с площадкой для игры, инвентарем для игры (городки, биты); - повторить названия и построение фигур; - формировать технику правильного броска биты; - закрепить технику выполнения бега «змейкой», прыжков, ходьбы на четвереньках; - развивать координацию движений, воображения. | | | <p>лазать по шесту на руках;</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать умение прыгать через длинную скакалку; - способствовать тренировке выносливости в беге на длинную дистанцию; - воспитывать умение действовать коллективно в игре <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - вызвать интерес к игре «Городки»; - развивать силу, координацию движений, глазомер; - продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель; - следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; - развивать у детей чувства коллективизма в командной игре | |
|--|--|--|--|--|---|--|

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

Июнь

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи | Игры | Литература |
|-------|-------------------------------|--|------------------|---|
| 07.06 | «Здравствуй жучок» | Народные игры Белгородчины» -познакомить детей с народными играми Белгородчины | «Море волнуется» | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 198 |
| 14.06 | | «Народные игры Белгородчины» -приобщать детей к народному творчеству | «В Трифона» | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 201 |
| 21.06 | «Водичка – воздуху сестричка» | «Народные игры Белгородчины» -продолжать знакомить детей с традициями родного края; -обогащать двигательный опыт детей народными подвижными играми; -упражнять в выполнении различных видов движений, через игровые задания | «Заря» | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 203 |
| 28.06 | | «Народные игры Белгородчины» -продолжаем знакомить детей с Белгородскими народными играми; -приобщать к народному творчеству | «Шахтер» | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 205 |

Июль

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи старший возраст | Игры | Литература |
|-------|-----------------|--|------|------------|
|-------|-----------------|--|------|------------|

| | | | | |
|-------|---------------------------|--|-------------------|---|
| 05.07 | «В гостях у Автоши» | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -продолжать знакомить с игрой в футбол, правилами игры в футбол, игровым полем; -закрепить способы действий с мячом; -учить простейшим действиям с мячом; -развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции; -воспитывать интерес и желание играть в футбол | «Зайцы в огороде» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 65 |
| 19.07 | | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -продолжать знакомить с игрой в футбол, правилами игры в футбол, игровым полем; -закрепить способы действий с мячом; -учить простейшим действиям с мячом; -развивать ловкость, быстроту, точность движений, быстроту реакции; -воспитывать интерес и желание играть в футбол | «Зайцы в огороде» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 65 |
| 26.07 | «Сказки старика Лесовика» | <p><u>ОД традиционная структура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать умение вместе выполнять основные движения; - развивать физические качества, восприятие и ощущение; - формировать навык правильной осанки | «Зайцы в огороде» | «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова стр. 45 |

Август

| Число | Тема недели ДОУ | Программное содержание, задачи старший возраст | Игры | Литература |
|-------|----------------------------|---|--------------------------|---|
| 02.08 | «Цветочный колейдоскап» | <p style="text-align: center;">«Делай, как я»</p> -формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях; -дать возможность осознать физические качества волана: вес, объем, быстрота полета; -учить правильно держать ракетку; -учить подбивать волан, разучить игры с воланом | «Волан и ракетка» | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 275 |
| 09.08 | | <p style="text-align: center;">«Игра для больших и малых»</p> -продолжать учить правильно держать ракетку; -разучить игры и способы действия с ракеткой; -учить отражать волан ракеткой в парах; -упражнять в точности приема и подачи | «Нападающие и защитники» | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 277 |
| 16.08 | «Урожайная неделя» | <p style="text-align: center;">«Будь ловким»</p> -формировать умения в спортивных играх и упражнениях; -продолжать учить детей правильно держать ракетку; -закреплять действия с воланом и ракеткой | «Отбей волан» | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 278 |

| | | | | |
|-------|--|--|-----------------|---|
| 23.08 | | <p>«Любимая игра»</p> <ul style="list-style-type: none"> - учить детей подаче волана через сетку; -учить правильной стойке при подаче волана; -закреплять действия с воланом и ракеткой | «У кого волан?» | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 279 |
| 30.08 | | <p>«Любимая игра»</p> <ul style="list-style-type: none"> - учить детей подаче волана через сетку; -учить правильной стойке при подаче волана; -закреплять действия с воланом и ракеткой | «У кого волан?» | Л.Н. Волошина, «Выходи играть во двор», стр. 279 |

2.3 Описание вариативных форм, способов, и приемов реализации программы

Формы организации образовательной деятельности:

- подвижные игры;
- спортивные игры и упражнения;
- эстафеты;
- физкультурные занятия;
- гимнастика;
- физкультминутки;
- игры-имитации;
- физкультурные досуги и праздники;
- дни здоровья; -прогулки.

Формы организации проведения занятий по физической культуре: Классические занятия: (по схеме: вводно – подготовительная часть, основная, заключительная часть).

Игровые занятия: (с использованием игр: народные подвижные игры, игры - эстафеты, игры – аттракционы и т.д.).

Занятия тренировочного типа: (ходьба, бег, строевые упражнения, спортивные игры, упражнения в лазании, акробатические элементы, упражнения с мячом).

Сюжетные занятия – комплексные (объединенные определенным сюжетом, походы, спортивное ориентирование, с развитием речи, с викторинами).

Тематические занятия (с одним видом физических упражнений).

Самостоятельные занятия (самостоятельная тренировка по выбору, затем проверка задания тренировок).

Способы организации занятий:

1) *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.

2) *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 и широко используется для закрепления пройденного материала.

3) *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).

4) *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.

5) *Контрольно-проверочные занятия,* целью которых является выявление состояния 163 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 МБДОУ 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, наметит 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.

Структура занятий:

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, релаксация.

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, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- в образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция; слушание музыкальных произведений.

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

2.4. Взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями воспитанников

| № п/п | Мероприятия | Сроки проведения | Ответственный |
|-------|---|------------------|-----------------------------------|
| | Цель: создать необходимые условия для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей через: - знакомство с целями и задачами физического воспитания дошкольников, способами организации двигательной деятельности в ДОО и дома; - информирование друг друга о возможностях, достижениях в решении задач по физическому развитию и формированию ЗОЖ у дошкольников; - привлечение семей воспитанников к участию в совместных мероприятиях. | | Инструктор по физической культуре |
| 1. | Консультация «Движение - основа здоровья» | Сентябрь | |
| 2. | Консультация «Хорошо быть здоровым!» | Октябрь | |
| 3. | Консультация «Совершенствование двигательных способностей у детей дошкольного возраста через систему игрового стретчинга». | Ноябрь | |
| 4. | Консультация «Активный детский отдых зимой!» | Декабрь | |
| 5. | Консультация «Как сделать зимнюю прогулку полезной для здоровья?» | Январь | |
| 6. | Консультация «Всем - здравствуйте! Здравствуйтесь все!» | Февраль | |
| 7. | Консультация «Игровой стретчинг – полезная забава для малышей» | Март | |

| | | | |
|-----|---|----------------|--|
| 8. | Здоровье в порядке – спасибо зарядке» | Апрель | |
| 9. | Консультация «Быть в движении – значит укреплять здоровье» | Май | |
| 10. | Консультация «Плавание – как важнейшее средство оздоровления» | Май | |
| 11. | Анкетирование родителей «Опыт физического воспитания в семье» | В течение года | |
| 12. | Выступление на родительских собраниях по запросам родителей. | В течение года | |
| | Индивидуальные беседы-консультации по запросам родителей | В течение года | |

2.5. Особенности организации педагогической диагностики

Диагностика образовательной области «Физическое развитие» представляет собой структурированный в таблицы диагностический материал, позволяющий сделать качественный и количественный анализ развития конкретного ребенка и определить общегрупповую тенденцию развития детей 2-3 г., 3-4 г., 4-5 л., 5-6 л., 6-7 л.

Диагностика педагогического процесса проводится дважды в год в начале (сентябрь III-IVнеделя) и в конце (май III-IVнеделя) учебного года.

Педагогическая диагностика осуществляется с учетом ряда принципов, обусловленных спецификой образовательного процесса детского сада:

1. Принцип объективности – стремление к максимальной объективности в процедурах и результатах диагностики, избегание в оформлении диагностических данных субъективных оценочных суждений, предвзятого отношения к диагностируемому.

Реализация принципа предполагает соблюдение ряда правил:

- соответствие диагностических методик возрастным и личностным особенностям диагностируемых;
- фиксация всех проявлений личности ребенка;
- сопоставление полученных данных с данными других педагогов;
- перепроверка, уточнение полученного фактического материала при проведении диагностики;
- постоянный самоконтроль педагога за своими собственными переживаниями, эмоциями, симпатиями и антипатиями, которые часто субъективируют фиксацию фактов; развитие педагогической рефлексии.

2. Принцип целостного изучения педагогического процесса предполагает оценку общего уровня развития ребенка, необходимо иметь информацию о различных аспектах его развития: социальном, эмоциональном, интеллектуальном, физическом, художественно-творческом.

3. Принцип процессуальности предполагает изучение явления в изменении, развитии. Правила, детализирующие принцип процессуальности, состоят в том, чтобы:

- не ограничиваться отдельными «срезами состояний», оценками без выявления закономерностей развития;
- учитывать половозрастные и социокультурные особенности индивидуально-личностного становления ребенка;
- обеспечивать непрерывность изучения диагностируемого предмета в естественных условиях педагогического процесса.

4. Принцип компетентности означает принятие педагогом решений только по тем вопросам, по которым он имеет специальную подготовку; запрет в процессе и по результатам диагностики на какие-либо действия, которые могут нанести ущерб испытуемому.

Этот принцип раскрывается:

- в правилах сотрудничества (согласие, добровольность участия в диагностике);
- в безопасности для испытуемого применяемых методик;
- в доступности для педагога диагностических процедур и методов;
- во взвешенности и корректном использовании диагностических сведений (разумной конфиденциальности результатов диагностики).

5. Принцип персонализации требует от педагога в диагностической деятельности обнаруживать не только индивидуальные проявления общих закономерностей, но также индивидуальные пути развития, а отклонения от нормы не оценивать как негативные без анализа динамических тенденций становления.

Педагогическая диагностика связана с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования; направлена на определение наличия условий для развития ребенка в соответствии с его возрастными особенностями, возможностями и индивидуальными склонностями.

Педагогическая диагностика осуществляется посредством малоформализованных диагностических методов: наблюдение проявлений ребенка в спонтанной и специально организованной деятельности, игровой деятельности, организованной образовательной деятельности, бесед, анализа продуктов детской деятельности, специальных диагностических ситуаций, организуемых воспитателями всех возрастных групп, инструктором по физической культуре, музыкальным руководителем.

Выявленные показатели развития каждого ребенка фиксируются педагогами в пособии Н.В. Верещагиной «Диагностика педагогического процесса во второй младшей группе (2-3 г., 3-4 г., 4-5 л., 5-6 л., 6-7 л.) Дошкольной образовательной организации».

Пособия Н.В. Верещагиной содержат структурированный в таблицы диагностический материал, направленный на оценку качества педагогического процесса в первой младшей группе, во второй младшей группе, в средней группе, в старшей группе, в подготовительной к школе группе. Предлагаемые параметры оценки для данного возраста общеприняты в психолого-педагогических исследованиях и подвергаются статистической обработке. Заполненные таблицы позволяют сделать качественный и количественный анализ развития конкретного ребенка и определить общегрупповую тенденцию развития детей 2-3 г., 3-4 г., 4-5 л., 5-6 л., 6-7 л., Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательной области «Физическое

развитие»:

1 балл – ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;

2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;

3 балла – ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;

4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;

5 баллов – ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно.

Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год в начале (сентябрь III-IVнеделя) и в конце (май III-IVнеделя) учебного года.

Технология работы с таблицами проста и включает два этапа:

Этап 1. Напротив фамилии и имени каждого ребенка проставляются баллы в каждой ячейке указанного параметра, по которым затем считается итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение = все баллы сложить (по строке) и разделить на количество параметров, округлять до десятых долей). Этот показатель необходим для написания характеристики на конкретного ребенка и проведения индивидуального учета промежуточных результатов освоения образовательной программы.

Этап 2. Когда все дети прошли диагностику, тогда подсчитывается итоговый показатель по группе (среднее значение = все баллы сложить (по столбцу) и разделить на количество параметров, округлять до десятых долей). Этот показатель необходим для описания общегрупповых тенденций, а также для ведения учета общегрупповых промежуточных результатов освоения образовательной программы.

Двухступенчатая система мониторинга позволяет оперативно находить неточности в построении педагогического процесса в группе и выделять детей с проблемами в развитии.

Нормативными вариантами развития считаются средние значения по каждому ребенку и общегрупповому параметру развития больше 3,8. Эти же параметры в интервале средних значений от 2,3 до 3,7 считаются показателями проблем в развитии ребенка социального и /или органического генеза, а также незначительные трудности организации педагогического процесса в группе. Средние значения менее 2,2 свидетельствуют о выраженном несоответствии развития ребенка возрасту, а также необходимости корректировки педагогического процесса в группе по данному параметру/данной образовательной области.

Инструментарий педагогической диагностики представляет собой описание тех проблемных ситуаций, вопросов, поручений, ситуаций наблюдения, которые используются педагогами для определения уровня сформированности у ребенка того или иного параметра оценки.

Каждый параметр педагогической оценки может быть диагностирован несколькими методами, с тем, чтобы достичь определенной точности.

Одна проблемная ситуация может быть направлена на оценку нескольких параметров, в том числе из разных образовательных областей.

Основные диагностические методы педагогов Учреждения:

- наблюдения проявлений ребенка в спонтанной и специально организованной деятельности, игровой деятельности, организованной образовательной деятельности;
- беседы;
- анализ продуктов детской деятельности;
- специальные диагностические ситуации.

Формы проведения педагогической диагностики:

- индивидуальная;
- групповая;
- подгрупповая.

Заполненные данные оценки педагогического процесса по образовательным областям в пособии Н.В. Верещагиной «Диагностика педагогического процесса 2-3 г., 3-4г., 4-5 л., 5-6 л., 6-7 л. Дошкольной образовательной организации» хранятся в группах до окончания периода пребывания воспитанников в Учреждении. Данные, полученные в результате оценки индивидуального развития, являются профессиональными материалами педагога.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Методическое обеспечение программы. Средства обучения и воспитания.

| № | Наименование комплексной программы, автор |
|---|---|
| 1 | Образовательная программа дошкольного образования «Детство» / Под ред. Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева |

Учебно-методическая литература

| № | Образовательная область | Литература |
|---|------------------------------|---|
| 1 | <i>«Физическое развитие»</i> | 1. «Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет» Л.Н.Волошина, 2015 г. 2. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012. 3. Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников», Санкт-Петербург «Детство-Пресс», 2011. 4. Парциальная программа дошкольного образования «Выходи играть во двор!» (образовательная область «Физическое развитие») / Л.Н. Волошина и др. – Белгород: ООО «Эпицентр», 2018, 52 с. 5. Волошина Л.Н. Планирование образовательной деятельности по парциальной программе физического развития «Выходи играть во двор»: парциальная программа/Л.Н. Волошина и др., Воронеж: издательство Черноземье, 2017г., 367 стр. |

| | |
|--|---|
| | 6. Н.В. Нищева «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики», Санкт-Петербург «Детство-Пресс», 2009. |
| | 7. Литвинова М.Ф. Подвижные игры и игровые упражнения.- СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005. |
| | 8. Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду/Изд. 2-е- Ростов н/Д: Феникс, 2010.-492 с.-(Мир вашего ребенка) |
| | 9. Синкевич Е.А., Большева Т.В. Физкультура для малышей. Методическое пособие для воспитателей. - СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2000. |
| | 10. Соколова Л.А. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016.- 80 с. |
| | 11. Хабарова Т.В. Развитие двигательных способностей старших дошкольников. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. |
| | 12. «Программа обучения детей плаванию в детском саду» Е.К. Воронова, 2010. |

3.2. Распределение организованной образовательной деятельности в течение учебного года

| Организованная образовательная деятельность | Детская деятельность | Вторая ранняя группа №12 | Вторая ранняя группа №13 | Средняя группа №17 | Старшая группа №16 | Разнообразная группа (подг. и ср. возраст) №14 | Подготовительная группа №15 |
|---|---------------------------|---|-----------------------------|-----------------------------|----------------------------|--|-----------------------------|
| Физическая культура в помещении | Двигательная деятельность | 2 раза в неделю по 10 минут (2 подгруппы) | 2 раза в неделю по 10 минут | 2 раза в неделю по 20 минут | 1 раз в неделю по 25 минут | Подг. 1 раз в неделю по 30 мин. Ср. в 1 раз в неделю 20 минут | 1 раз в неделю 30 минут |
| Физическая культура на прогулке | Двигательная деятельность | | | | 1 раз в неделю 25 минут | Подг. 1 раз в неделю 30 минут | 1 раз в неделю 30 минут |
| Недельная нагрузка ОД | | 20 минут | 20 минут | 40 минут | 50 минут | 1 час 40 минут | 1 час |

| | | | | | | | |
|------------------------|--|----|----|----|----|--------------------------|----|
| Количество ОД в год | | 74 | 89 | 87 | 86 | Подг.в. 73 Ср.в.87 | 73 |
|------------------------|--|----|----|----|----|--------------------------|----|

Расписание занятий на 2023 – 2024 учебный год

| ПОНЕДЕЛЬНИК | | | |
|---|---------------|-----------------------------------|---------------|
| в музыкально-спортивном зале | время | на спортивной площадке | время |
| старшая № 16 | 9.35-10.00 | разновозрастная № 14 (подг.в.) | 10.25 – 10.55 |
| ВТОРНИК | | | |
| в музыкально-спортивном зале | время | на спортивной площадке | время |
| разн. воз №314(ср. в.) ср.гр. №17 | 9.00 – 9.20 | | |
| | 9.30 – 9.50 | | |
| СРЕДА | | | |
| в музыкально-спортивном зале | время | на спортивной площадке | время |
| разн. воз №14 (ср. в.) средняя №17 подготовительна я № 12 | 9.00-9.20 | | |
| | 9.30-09.50 | Старш.гр.№16 | 11.00 – 11.25 |
| | 10.20 – 10.50 | | |
| ЧЕТВЕРГ | | | |
| в музыкально-спортивном зале | время | на спортивной площадке | время |
| Разн.гр.№14(под г.гр.) | 9.00 – 9.30 | | |
| ПЯТНИЦА | | | |
| в музыкально-спортивном зале | время | на спортивной площадке | время |
| Разн.гр.№14(ср.в) | 11.55-12.15 | подготовительная № 15 | 11.00 – 11.30 |

**Расписание занятий на 2023 – 2024 учебный год
на летний период**

| ПОНЕДЕЛЬНИК | | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------------------------|--------------|
| в музыкально-спортивном зале | время | на спортивной площадке | время |
| первая мл. №13 | 9.00-09.10 | | |
| ВТОРНИК | | | |
| в музыкально-спортивном зале | время | на спортивной площадке | время |
| первая мл. №12 | 9.25-9.40 | | |
| СРЕДА | | | |
| в музыкально-спортивном зале | время | на спортивной площадке | время |
| | | разн. № 14(ст.) | 9.00-9.25 |
| ЧЕТВЕРГ | | | |
| в музыкально-спортивном зале | время | на спортивной площадке | время |
| | | старшая №17 | |
| ПЯТНИЦА | | | |
| в музыкально-спортивном зале | время | на спортивной площадке | время |
| | | | |

3.3. Циклограмма деятельности инструктора по физкультуре

| Понедельник | |
|--------------------|--|
| Время | Мероприятия |
| 8.00 – 8.40 | Подготовка и проведение утренней гимнастики |
| 8.40 – 9.25 | Работа с документами (планирование работы), оформление пособий |
| 9.25 – 9.35 | Подготовка к непосредственной образовательной деятельности |
| 9.35 – 10.00 | Проведение непосредственной образовательной деятельности в старшей группе № 16 |
| 10.00 – 10.25 | Подготовка к непосредственной образовательной деятельности |

| | |
|----------------|--|
| 10.25 –10.55 | Проведение непосредственной образовательной деятельности в разновозрастной группе № 14(старш.гр.) |
| 10.55 –11.55 | Индивидуальная работа с детьми. |
| 11.55 - 12.55 | Работа с документацией (написание планов, конспектов, консультаций и т.д.) |
| 12.55 – 13.55 | Взаимодействие с воспитателями, с музыкальным руководителем: обсуждение сценариев развлечений, праздников; самообразование |
| Вторник | |
| Время | Мероприятия |
| 8.00 – 8.40 | Подготовка и проведение утренней гимнастики |
| 8.40 – 9.00 | Подготовка к непосредственной образовательной деятельности |
| 9.00 – 9.20 | Проведение непосредственной образовательной деятельности в разновозрастной группе № 14 (ср.в.) |
| 9.20 – 9.30 | Подготовка к непосредственной образовательной деятельности |
| 9.30 – 9.50 | Проведение непосредственной образовательной деятельности в средней группе №17 |
| 9.50 –10.50 | Работа с документацией (написание планов, конспектов, консультаций) |
| 10.50 11.50 | Индивидуальная работа с детьми. |
| 11.50 12.50 | Изготовление новых пособий, атрибутов |
| 12.50 13.50 | Взаимодействие с воспитателями, с музыкальным руководителем: обсуждение сценариев развлечений, праздников; самообразование |
| Среда | |
| Время | Мероприятия |
| 8.00 – 8.40 | Подготовка и проведение утренней гимнастики |
| 8.40 – 9.00 | Подготовка к непосредственной образовательной деятельности |
| 9.00 – 9.20 | Проведение непосредственной образовательной деятельности в разновозрастной группе № 14 (ср.в.) |
| 9.20 – 9.30 | Подготовка к непосредственной образовательной деятельности |
| 9.30 –9.50 | Проведение непосредственной образовательной деятельности в средней группе №17 |
| 9.50 –10.20 | Подготовка к непосредственной образовательной деятельности |
| 10.20 -10.50 | Проведение непосредственной образовательной деятельности в подготовительной к школе группе № 15 |
| 10.50 -11.00 | Подготовка к непосредственной образовательной деятельности |
| 11.00 - 11.25 | Проведение непосредственной образовательной деятельности в средней группе №17 |
| 11.25– 12.25 | Работа с документацией (написание планов, конспектов, консультаций); самообразование |
| 12.25 –13.25 | Санитарная уборка спортивного оборудования |
| Четверг | |
| Время | Мероприятия |
| 8.00 – 8.40 | Подготовка и проведение утренней гимнастики |
| 8.40 – 9.00 | Подготовка к непосредственной образовательной деятельности |
| 9.00 – 9.30 | Проведение непосредственной образовательной деятельности в разновозрастной группе № 14 (подг.гр.) |
| 9.30 – 10.30 | Работа с документацией (написание планов, конспектов, консультаций) |
| 10.30 –11.30 | Индивидуальная работа с детьми. |
| 10.30 –11.30 | Изготовление новых пособий, атрибутов |
| 11.30 –12.30 | Работа с методической литературой. |

| | |
|----------------|---|
| 12.40 –13.40 | Взаимодействие с воспитателями, с музыкальным руководителем: обсуждение сценариев развлечений, праздников); самообразование |
| Пятница | |
| Время | Мероприятия |
| 10.45 –11.00 | Подготовка к непосредственной образовательной деятельности |
| 11.00 –11.30 | Проведение непосредственной образовательной деятельности в подготовительной к школе группе № 15 |
| 11.30 –12.00 | Индивидуальная работа с детьми. |
| 12.00 –15.50 | Работа с документацией. Планирование. Самообразование. Взаимодействие с воспитателями, консультации (общие, индивидуальные) Разработка сценариев развлечений, праздников. Изготовление пособий. |
| 15.50 –16.50 | Санитарная уборка спортивного оборудования |

3.4. Комплексы утренней гимнастики

Комбинированная (по формам организации детской деятельности) утренняя гимнастика включает в себя подвижные игры и хороводные игры, танцевальные и ритмичные движения, упражнения игрового стретчинга, ОРУ и т.д. Такие комплексы, как правило, имеют характер, обобщающих и завершающих работу какого-то определенного периода.

Ритмическая гимнастика построена на комплексе адаптированных упражнений, танцевальных движений, игрового стретчинга. Ее комплекс содержит разминку из циклических движений, серий танцевальных движений или знакомых детям хороводов. Утренняя ритмическая гимнастика несет большую физическую и эмоциональную нагрузку, проводится всегда под музыку и очень нравится детям.

Утренняя гимнастика с использованием нетрадиционного оборудования. Это хорошо знакомые детям ОРУ, которые проводятся с нетрадиционным оборудованием, изготовленным руками педагогов (султанчиками, пластиковыми бутылочками с различными видами наполнителей, эспандерами, изготовленными из футляров от киндер-сюрпризов и другие).

Утренняя гимнастика в форме оздоровительной пробежки проводится в основном в теплое время года и включает в себя «спортивную» (быструю) ходьбу, оздоровительный, медленный бег и бег с ускорением.

Утренняя гимнастика – круговая тренировка строится в основном на циклических и основных видах движений. Такой вид гимнастики требует от ребенка высокого уровня самостоятельности и проводится в основном в старшем дошкольном возрасте.

Утренняя гимнастика с использованием карточек-заданий, или «самостоятельная»- итоговая форма работы за определенный период времени самими детьми. Она проводится с использованием карточек с символическими рисунками определенных направлений.

«Мульти гимнастика»- комплекс упражнений утренней гимнастики, который записывается в видео формате, как подборка из мультфильмов, включающая движения мультгероев под музыку. Ее комплексы строятся на видеозаписи упражнений, выполняемых детьми из данной группы и дополненные различными

спецэффектами.

Инновационным направлением в физкультурно-оздоровительной работе является внедрение в работу детского сада методики *Стретчинг*. Это специально разработанная система упражнений, направленная на совершенствование гибкости и подвижности в суставах. Один из лучших способов сохранить гибкость, подвижность и научиться прислушиваться к сигналам, которые посылает нам наш организм – это растяжка. Этот вид физической активности является нашей естественной потребностью. Комплексы упражнений в системе стретчинга направлены на растягивание всех практически всех мышц тела. Они не оказывают стрессового воздействия на организм, не вызывают неприятных ощущений, а наоборот успокаивают и расслабляют тело.

3.5. Традиционные праздники, мероприятия

| № | Наименование мероприятий | группа | сроки | Ответственный |
|----|---|---------|----------|---------------------------|
| 1 | Большие деревья (развлечение) | младшая | сентябрь | инструктор по физкультуре |
| 2 | Осень, осень в гости просим (развлечение) | средняя | сентябрь | инструктор по физкультуре |
| 3 | Путешествие в добрый лес, полный сказочных чудес. (физкультурный досуг) | старшая | сентябрь | инструктор по физкультуре |
| 4 | Мы растем здоровыми (развлечение) | младшая | октябрь | инструктор по физкультуре |
| 5 | Веселый стадион (физкультурный досуг) | средняя | октябрь | инструктор по физкультуре |
| 6 | С физкультурой мы дружны - нам болезни не страшны (развлечение) | старшая | октябрь | инструктор по физкультуре |
| 7 | Помощники сильные и смелые (развлечение) | младшая | ноябрь | инструктор по физкультуре |
| 8 | Дары осени (развлечение) | средняя | ноябрь | инструктор по физкультуре |
| 9 | Уважайте светофор! (развлечение) | старшая | ноябрь | инструктор по физкультуре |
| 10 | В гостях у зимушки-зимы (физкультурный досуг) | младшая | декабрь | инструктор по физкультуре |
| 11 | Зимние забавы (развлечение) | средняя | декабрь | инструктор по физкультуре |
| 12 | Мы мороза не боимся (физкультурный досуг) | старшая | декабрь | инструктор по физкультуре |
| 13 | Лошадки (развлечение) | младшая | январь | инструктор по физкультуре |

| | | | | |
|----|---|-----------|---------|--|
| 14 | Волшебный сундучок (физкультурный досуг) | средняя | январь | инструктор по физкультуре |
| 15 | Веселая игра – хоккей! (физкультурный досуг) | старшая | январь | инструктор по физкультуре |
| 16 | Веселые зайчишки (развлечение) | младшая | февраль | инструктор по физкультуре |
| 17 | Карлсон в гостях у детей (физкультурный досуг) | средняя | февраль | инструктор по физкультуре |
| 18 | Служить России! (праздник) | старшая | февраль | инструктор по физкультуре |
| 19 | Наседка и цыплята (развлечение) | младшая | март | инструктор по физкультуре |
| 20 | Мой веселый, звонкий мяч! (физкультурный досуг) | средняя | март | инструктор по физкультуре |
| 21 | Мячи разные нужны для развития и игры! (развлечение) | старшая | март | инструктор по физкультуре, воспитатели |
| 22 | Солнышко встречаем (физкультурный досуг) | младшая | апрель | инструктор по физкультуре |
| 23 | Веселый стадион (физкультурный досуг) | средняя | апрель | инструктор по физкультуре |
| 24 | Веселые жучки и паучки (праздник) | старшая | апрель | инструктор по физкультуре, воспитатели |
| 25 | Мы за солнышком шагаем (развлечение) | младшая | май | инструктор по физкультуре |
| 26 | Нас встречает «Лимпопо» (развлечение) | средняя | май | инструктор по физкультуре |
| 27 | Путешествие веселых лягушат, (физкультурный досуг) | старшая и | май | инструктор по физкультуре |

3.6. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Музыкально-спортивный зал с необходимым спортивным инвентарем и пособиями;
Спортивная площадка, оснащенная спортивным инвентарем, оборудованием.

Технические средства обучения

Магнитофон;

CD и аудио материал.

Материально - техническое оснащение спортивно-музыкального зала

| Наименование оборудования | шт. | количе |
|---------------------------|-----|--------|
|---------------------------|-----|--------|

| | | СТВО |
|--|-----|------|
| Гимнастическая стенка (2 пролета) | | 1 |
| Лестница деревянная с зацепами длина 2 м. | шт. | 1 |
| Скамейка гимнастическая длина 3 м. высота 30 см. ширина 25 см. | шт. | 1 |
| Скамейка гимнастическая длина 3 м. высота 25 см. ширина 20 см. | шт. | 1 |
| Скамейка гимнастическая длина 3 м. высота 25 см. ширина 15 см. | шт. | 1 |
| Бревно гимнастическое (напольное) 240 x 10 x 15 | шт. | 2 |
| Гимнастический мат 2000 x 100 x 7 | шт. | 2 |
| Куб деревянный 40x40 | шт. | 2 |
| Куб деревянный 20x20 | шт. | 2 |
| Дуга для подлезания высота 50 см.; | шт. | 1 |
| Дуга для подлезания высота 40 см.; | шт. | 2 |
| Дуги малые металлические для прокатывания мячей | шт. | 2 |
| Батут круглый (диаметр 130 см.) | шт. | 1 |
| Баскетбольный щит настенный с зацепами (с корзиной) | шт. | 1 |
| Обруч диаметр 60 см. | шт. | 15 |
| Обруч диаметр 90 см. | шт. | 2 |
| Мяч баскетбольный | шт. | 12 |
| Мяч футбольный | шт. | 2 |
| Мяч резиновый | шт. | 10 |
| Мячи малые | шт. | 10 |
| Мяч-фитбол для гимнастики диаметр. 60-70 см. | шт. | 2 |
| Палка гимнастическая 60 см. | шт. | 12 |
| Палка гимнастическая 70 см. | шт. | 6 |
| Палка гимнастическая 100 см. | шт. | 10 |
| Канат для перетягивания (длина 5 м.) | шт. | 1 |
| Шнуры: плетеные (косички) длина: 70 см. | шт. | 10 |
| Шнуры: плетеные (косички) длина: 60 см. | шт. | 10 |
| Ленточки разноцветные: длина 50 см. | шт. | 20 |
| Ленточки разноцветные: длина 120 см. | шт. | 6 |
| Разноцветные флажки | шт. | 50 |
| Платочки | шт. | 20 |
| Кубики пластмассовые разноцветные | шт. | 60 |
| Скакалка: 150 см. | шт. | 15 |
| Скакалка: 230 – 250 см. | шт. | 15 |
| Скакалка: 300 см. | шт. | 2 |
| Мешочки для метания с песком: вес 100 г. | шт. | 10 |

| | | |
|--|--------|----|
| Мешочки для метания с песком: вес 150 г. | шт. | 10 |
| Мешочки для метания с песком: вес 200 г. | шт. | 10 |
| Мешочки для метания с песком: вес 250 г. | шт. | 5 |
| Гантели (детские) | шт. | 24 |
| Коврики массажные резиновые с «шипами» | шт. | 10 |
| Бадминтон с воланами | компл. | 2 |
| Теннисные ракетки с мячами | компл. | 2 |
| Волейбольная сетка для зала | шт. | 1 |
| Корзины пластмассовые маленькие | шт. | 2 |
| Атрибутика для разметки игрового поля: | | |
| Конус пластмассовый | шт. | 6 |
| Инвентарь и оборудование для спортивных и подвижных игр: | | |
| Мешок для прыжков | шт. | 4 |
| Городки с картотекой фигур | компл. | 1 |
| Султанчики | шт. | 20 |
| Маски, шапочки для подвижных игр с изображением животных | компл. | 30 |
| Картотека подвижных игр по возрастам | компл. | 1 |
| Фонотека | компл. | 1 |
| Диск «Здоровье» | шт. | 2 |

3.7. Используемая литература

1. Образовательная программа дошкольного образования «Детство» / Под ред. Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева;
2. «Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет» Л.Н.Волошина, 2015 г.;
3. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012.;
4. Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников», Санкт-Петербург «ДетствоПресс», 2011.;
5. Парциальная программа дошкольного образования «Выходи играть во двор!» (образовательная область «Физическое развитие») / Л.Н. Волошина и др. – Белгород: ООО «Эпицентр», 2018, 52 с.;
6. Волошина Л.Н. Планирование образовательной деятельности по парциальной программе физического развития «Выходи играть во двор»: парциальная программа/Л.Н. Волошина и др., Воронеж: издательство Черноземье, 2017г., 367 стр.;
7. Н.В. Нищева «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики», Санкт-Петербург «Детство-Пресс», 2009.;
8. Литвинова М.Ф. Подвижные игры и игровые упражнения.- СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005.;
9. Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду/Изд. 2-е-Ростов н/Д:Феникс, 2010.- 492 с.- (Мир вашего ребенка);

10. Синкевич Е.А., Большева Т.В. Физкультура для малышей. Методическое пособие для воспитателей. - СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2000.;

11. Соколова Л.А. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016.- 80 с.;

12. Хабарова Т.В. Развитие двигательных способностей старших дошкольников. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010.;