

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа-интернат № 576 среднего общего образования  
с углублённым изучением предмета физическая культура  
Василеостровского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
ГБОУ ШИ № 576  
Протокол №7 от «15» мая 2020 г.



**ВЫПИСКА ИЗ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ  
ОТДЕЛЕНИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
на 2020 – 2021 учебный год**

составитель: Полосина О.Н.  
инструктор по физической культуре

**Санкт-Петербург**

**2020 год**

**СОДЕРЖАНИЕ:**

<b>I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ .....</b>	3
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.1.1. Цели и задачи реализации Программы.....	3
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы .....	4
1.2. Планируемые результаты .....	5
1.3. Система оценки результатов освоения Программы.....	6
<b>II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....</b>	7
2.1. Общие положения.....	7
2.2. Описание образовательной деятельности «Физическое развитие» .....	8
2.3. Взаимодействие взрослых с детьми.....	8
2.4. Взаимодействие с семьями дошкольников .....	10
2.5. Взаимодействие с другими учреждениями, социальное окружение.....	11
<b>III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ .....</b>	12
3.1. Психолого-педагогической условия, обеспечивающие развитие ребенка .....	12
3.2 Организация предметно-развивающей среды.....	12
3.3. Материально-техническое обеспечение Программы .....	13
3.4. Планирование образовательной деятельности .....	14
3.5. Режим дня и распорядок.....	14
3.6. Список методической литературы.....	15
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ.....</b>	16
Таблица № 1. Календарно-тематическое планирование по физическому воспитанию детей средней группы.....	16
Таблица № 2. Календарно-тематическое планирование по физическому воспитанию детей старшей группы.....	33
Таблица № 3. Календарно-тематическое планирование по физическому воспитанию детей подготовительной группы.....	48
Таблица №4. Обеспеченность методическими материалами, средствами обучения и воспитания.....	60

## **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа по музыкальной деятельности детей дошкольного возраста (4-7 лет) разработана в соответствии с правовыми и нормативными документами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ “Об образовании в Российской Федерации”;
2. Законом Санкт-Петербурга от 17.07.2013 № 461-83 “Об образовании в Санкт-Петербурге”;
3. ФГОС дошкольного образования (приказ от 17.10.2013 г., № 1155 действует с 01.01.2014 г.);
4. СанПиН 2.4.1.3049-13 “Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях”;
5. Уставом ГБОУ школы-интерната №576 Василеостровского района Санкт-Петербурга;
6. Основной образовательной программой ОДОД ГБОУ школы-интерната №576 Василеостровского района Санкт-Петербурга;
7. Положением о рабочей программе педагога ОДОД ГБОУ школы-интерната №576 Василеостровского района Санкт-Петербурга.

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью. Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

«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 наносящим 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.)» (См. пункт 2.6. ФГОС ДО).

#### **1.1.1. Цели и задачи реализации Программы**

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

Задачами программы являются:

1. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;
2. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки;
3. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;
4. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;
5. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

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

Программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определёнными ФГОС ДО:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
- принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках организованной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

Программа составлена с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой. Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несёт ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей;
- Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью;
- Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурной – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, принципа комфорtnости в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой;
- Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений;
- Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования я нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий;

- Принцип единства с семьёй, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

## **1.2. Планируемые результаты**

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования

- ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности, способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх;
- способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам;
- способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности;
- понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей;
- проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается;
- проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуацию; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам; умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены;
- проявляет ответственность за начатое дело;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности;
- открыт новому, то есть проявляет стремления к получению знаний, положительной мотивации к дальнейшему обучению в школе, институте;
- проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде;
- эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.);
- проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях;
- имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая

традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу;

- Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.

Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность

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

Реализация ООП ДОУ предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — индивидуальные карты наблюдений физического развития.

Инструментарий для педагогической диагностики — таблицы, разработанные на основе пособия «Педагогический мониторинг. Изучение индивидуального развития детей. Средняя группа» Ю.А. Афонькиной, «Педагогический мониторинг. Изучение индивидуального развития детей. Старшая группа» Ю.А. Афонькиной, «Педагогический мониторинг. Изучение индивидуального развития детей. Подготовительная группа.» Ю.А. Афонькиной, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе всех видов детской деятельности. В ходе образовательной деятельности педагоги создают диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

Педагогическая диагностика в области «Физическое развитие» проводится в начале учебного года (сентябрь-октябрь) и в конце (апрель-май).

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Общие положения**

## **Возрастные особенности детей от 4 до 5 лет**

Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испробовать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий.

Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обусловливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствуя образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений.

В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

## **Возрастные особенности детей 5-6 лет**

Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группы по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе.

Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результируемости. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств.

В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников

характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

### **Возрастные особенности детей 6-7 лет**

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма.

Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фразы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др.

У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

### **2.2. Описание образовательной деятельности «Физическое развитие»**

В дошкольной организации проводится постоянная работа по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций. Под руководством медицинского персонала осуществляется комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей и местных условий. При проведении закаливающих мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям, учитываются их индивидуальные возможности. Постоянно уделяется внимание выработке у детей правильной осанки. В помещениях обеспечивается оптимальный температурный режим, регулярное проветривание; детей приучают находиться в помещении в облегченной одежде.

Обеспечивается пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня. Разработан оптимальный двигательный режим — рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности. Поощряется участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке. Уделяется внимание развитию инициативы детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений. У детей воспитывается интерес к физическим упражнениям, они обучаются возможностям использования физкультурного оборудования вне занятий (в свободное время). С детьми ежедневно проводится утренняя гимнастика. В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки, и в середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводятся физкультминутки и динамические паузы длительностью 1–3 минуты.

### **2.3. Взаимодействие взрослых с детьми**

Взаимодействие взрослых с детьми является важнейшим фактором развития ребенка и пронизывает все направления образовательной деятельности.

С помощью взрослого и в самостоятельной деятельности ребенок учится познавать окружающий мир, играть, рисовать, общаться с окружающими. Процесс приобщения к культурным образцам человеческой деятельности (культуре жизни, познанию мира, речи, коммуникации, и прочим), приобретения культурных умений при взаимодействии со взрослыми и в самостоятельной деятельности в предметной среде называется процессом овладения культурными практиками.

Процесс приобретения общих культурных умений во всей его полноте возможен только в том случае, если взрослый выступает в этом процессе в роли партнера, а не руководителя, поддерживая и развивая мотивацию ребенка. Партнерские отношения взрослого и ребенка в Организации и в семье являются разумной альтернативой двум диаметрально противоположным подходам: прямому обучению и образованию, основанному на идеях «свободного воспитания». Основной функциональной характеристикой партнерских отношений является равноправное относительно ребенка включение взрослого в процесс деятельности. Взрослый участвует в реализации поставленной цели наравне с детьми, как более опытный и компетентный партнер. Для личностно-порождающего взаимодействия характерно принятие ребенка таким, каков он есть, и вера в его способности. Взрослый не подгоняет ребенка под какой-то определенный «стандарт», а строит общение с ним с ориентацией на достоинства и индивидуальные особенности ребенка, его характер, привычки, интересы, предпочтения. Он сопереживает ребенку в радости и огорчениях, оказывает поддержку при затруднениях, участвует в его играх и занятиях. Взрослый старается избегать запретов и наказаний. Ограничения и порицания используются в случае крайней необходимости, не унижая достоинство ребенка. Такой стиль воспитания обеспечивает ребенку чувство психологической защищенности, способствует развитию его индивидуальности, положительных взаимоотношений со взрослыми и другими детьми.

Личностно-порождающее взаимодействие способствует формированию у ребенка различных позитивных качеств. Ребенок учится уважать себя и других, так как отношение ребенка к себе и другим людям всегда отражает характер отношения к нему окружающих взрослых. Он приобретает чувство уверенности в себе, не боится ошибок. Когда взрослые предоставляют ребенку самостоятельность, оказывают поддержку, вселяют веру в его силы, он не пасует перед трудностями, настойчиво ищет пути их преодоления.

Ребенок не боится быть самим собой, быть искренним. Когда взрослые поддерживают индивидуальность ребенка, принимают его таким, каков он есть, избегают неоправданных ограничений и наказаний, ребенок не боится быть самим собой, признавать свои ошибки. Взаимное доверие между взрослыми и детьми способствует истинному принятию ребенком моральных норм.

Ребенок учится брать на себя ответственность за свои решения и поступки. Ведь взрослый везде, где это возможно, предоставляет ребенку право выбора того или действия. Признание за ребенком права иметь свое мнение, выбирать занятия по душе, партнеров по игре способствует формированию у него личностной зрелости и, как следствие, чувства ответственности за свой выбор.

Ребенок приучается думать самостоятельно, поскольку взрослые не навязывают ему своего решения, а способствуют тому, чтобы он принял собственное. Ребенок учится адекватно выражать свои чувства. Помогая ребенку осознать свои переживания, выразить их словами, взрослые содействуют формированию у него умения проявлять чувства социально приемлемыми способами. Ребенок учится понимать других и сочувствовать им, потому что получает этот опыт из общения со взрослыми и переносит его на других людей.

### **Формы организованной образовательной деятельности** **Физкультурные занятия**

- в традиционной форме
- в форме круговой тренировки
- сюжетно-игровые
- состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности
- в форме соревнования
- контрольно - зачетные занятия

### **Подвижные игры**

- сюжетные
- бессюжетные
- игры с правилами

- народные подвижные игры

**Игровые упражнения  
Спортивные игры (элементы)**

- футбол
- баскетбол
- бадминтон
- хоккей
- городки
- физкультурные праздники

**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;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

**Практические:**

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

**2.4. Взаимодействие с семьями дошкольников**

**Цель:** Знакомить родителей (законных представителей) с формами физкультурно-оздоровительной работы, с нетрадиционными физкультурно-оздоровительными технологиями, привлекать родителей к совместным творческим проектам, направленным на пропаганду здорового образа жизни, формировать ответственность за сохранность здоровья детей.

**Перспективный план работы с родителями (законными представителями)**

Дата	Форма организации работы	Тема	Ответственный
Сентябрь	Консультация	«Спортивная форма вашего малыша»	Инструктор ФК Воспитатель
Октябрь	Конкурс рисунков (совместное творчество детей и родителей)	Моё спортивное лето»	Инструктор ФК Воспитатель
Ноябрь	Консультация	«Способы закаливания детей дошкольного возраста»	Инструктор ФК
Декабрь	Консультация	«Подвижные игры зимой на воздухе»	Инструктор ФК

		«С какого возраста надо знакомить дошкольника со строением человека»	
Январь	Консультация	«Дерево здоровья»	Инструктор ФК
Февраль	Консультация	«Для чего ребенку соблюдать режим дня»	Инструктор ФК
Март	Консультация (нетрадиционные формы физического развития)	«Летние виды спорта» «Вера в свое Я»	Инструктор ФК Воспитатель
Апрель	Консультация	«Играем в мяч» «Школа мяча»	Инструктор ФК Воспитатель
Май	Консультация	«Как весело и с пользой провести лето!»	Инструктор ФК Воспитатель

## **2.5. Взаимодействие с другими учреждениями, социальное окружение**

В течение учебного года планируется активное участие в районных и городских соревнованиях по физической культуре. Так же продолжается работа по укреплению физического здоровья, по средствам дней здоровья, тематических занятий.

Воспитанники ОДОДа в 2020-2021 году примут участие в следущих районных спортивных мероприятиях:

«Горячий мяч», «Папа, мама, я-спортивная семья», «Знатоки шашек», «Выбивайка», «Музыкальна мозайка», «Озорной мяч», «Знатоки спорта».

## **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

### **3.1. Психолого-педагогической условия, обеспечивающие развитие ребенка**

Важнейшим условием реализации Программы является создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды. Пребывание в детском саду

должно доставлять ребенку радость, а занятия по физической культуре должны быть увлекательными.

Важнейшие образовательные ориентиры:

- обеспечение эмоционального благополучия детей;
- создание условий для формирования доброжелательного и внимательного отношения детей к другим людям;
- развитие детской самостоятельности (инициативности, автономии и ответственности);
- развитие детских способностей, формирующихся в разных видах деятельности.

Для реализации этих целей педагогам рекомендуется:

- проявлять уважение к личности ребенка и развивать демократический стиль взаимодействия с ним и с другими педагогами;
- создавать условия для принятия ребенком ответственности и проявления эмпатии к другим людям;
- обсуждать совместно с детьми возникающие конфликты, помогать решать их, вырабатывать общие правила, учить проявлять уважение друг к другу;
- обсуждать с детьми важные жизненные вопросы, стимулировать проявление позиции ребенка;
- обращать внимание детей на тот факт, что люди различаются по своим убеждениям и ценностям, обсуждать, как это влияет на их поведение;
- обсуждать с родителями (законными представителями) целевые ориентиры, на достижение которых направлена деятельность педагогов Организации, и включать членов семьи в совместное взаимодействие по достижению этих целей.

Система дошкольного образования в образовательной организации должна быть нацелена то, чтобы у ребенка развивались игра и познавательная активность. В Организации должны быть созданы условия для проявления таких качеств, как: инициативность, жизнерадостность, любопытство и стремление узнавать новое.

### **3.2. Организация предметно-развивающей среды**

Предметно-развивающая среда ДОУ - это совокупность условий, оказывающих прямое и косвенное влияние на всестороннее развитие ребенка в детском саду, состояние его физического и психического здоровья, успешность его дальнейшего образования, а также на деятельность всех участников образовательного процесса в ДОУ. Принципиальным показателем высокого качества образовательной среды является ее способность обеспечивать весь комплекс потребностей детей, создавать мотивацию их активной деятельности.

В приоритете в нашем дошкольном учреждении выступает комплексное оснащение воспитательно-образовательного процесса, обеспечивающее возможности физического развития воспитанников. Материалы и оборудование для двигательной активности включают оборудование для ходьбы, бега и равновесия; для прыжков; для катания, бросания и ловли; для ползания и лазания; для общеразвивающих упражнений.

Физкультурно-оздоровительная или спортивно-оздоровительная предметная среда помогает содействовать решению как специфических задач развития двигательной активности, моторики детей, так и задач их гармоничного развития.

Цель развивающей среды ДОУ: закрепление знаний детей, накопление опыта в спортивной, поисковой и познавательной деятельности. Наше дошкольное учреждение активно вводит ФГОС. Основным приоритетным направлением в деятельности ДОУ является здоровьесберегающая технология, которая направлена на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей.

Таким образом, в соответствии с ФГОС вся работа нашего ДОУ направлена на решение следующих задач:

- активизация мыслительной деятельности с помощью спортивного оборудования;
- использование пространственной терминологии и специальных упражнений с предметами;

- использование спортивного оборудования для сравнения, анализа, вопросов и создание поисковых ситуаций;
- создание условий для всестороннего развития личности ребёнка;
- решение комплекса оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

Важно научить детей самостоятельной двигательной активности в условиях ограниченного пространства и правильному безопасному использованию физкультурного оборудования, позволяющего успешно решать задачи дидактического и оздоровительного характера.

### **3.3. Материально-техническое обеспечение Программы**

Материально-техническое оснащение музыкального зала:

- компьютер с акустическими колонками (СД-диски, флэш-карта, фонотека);
- экран для презентаций.

Имеется методическая библиотека:

- Физическая культура в детском саду младшая группа, Л.И.Пензулаева, МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2015 г.;
- Физическая культура в детском саду средняя группа, Л.И.Пензулаева, МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2015 г.;
- Физическая культура в детском саду старшая группа, Л.И.Пензулаева, МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2015 г.;
- Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа, Л.И.Пензулаева, МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2015 г.;
- Оздоровительная гимнастика комплексы упражнений, Л.И.Пензулаева, МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2015 г.;
- Сборник подвижных игр, Э.Я.Степаненкова, МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2015 г.

#### **Физкультурное оборудование и инвентарь.**

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

В нашем дошкольном отделении имеется следующее оборудование:

- Мячи (маленькие (пластмассовые), 20 шт), (средние (резиновые), 10 шт), (большие (резиновые), 10 шт), (мягкие (тканевые), 20 шт);
- Гимнастический мат 2 шт;
- Скалка детская (длина 180 см) 10 шт;
- Кегли-12 шт;
- Обруч пластиковый детский средний (диаметр 50 см), 20 шт;
- Конус для эстафет 16 шт;
- Цветные флаги 50 шт;
- Цветные ленточки (длина 30 см) 20 шт;
- Бубен 2 шт;
- Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см) 2 шт;
- Корзина для инвентаря пластмассовая 2 шт;
- Дорожки мягкие (частичные 100 см x 100 см) 4 шт;
- Параплан игровой средний 1 шт;
- Мишень 2 шт;
- Кольцо баскетбольное 1 шт;

- Мешочки с песком 20 шт;
- Коврик гимнастический 10 шт;
- Гимнастическая доска 2 шт;
- Шведская стенка 2 шт;
- Кубики для ОРУ 36 шт;
- Канат для перетягивания 1 шт;
- Шнурки гимнастические -6 шт;
- Скамейки гимнастические 6 шт.

### **3.4. Планирование образовательной деятельности**

Физкультурный досуг - 1 раз в месяц для каждой группы.

Физкультурный праздник – 2 раза в год.

День здоровья - 1 раз в квартал.

**Занятия по физической культуре проводятся три раза в неделю у каждой группы**

Группа	Длительность одного занятия	Количество часов в неделю	Итого
Средняя группа	20 мин.	3	111
Старшая группа	25 мин.	3	111
Подготовительная к школе группа	30 мин.	3	111

### **3.5. Режим дня и распорядок**

**Сетка занятий средняя группа (10 занятий в неделю)**

#### **Продолжительность 20 мин**

Время	Понедельник	Среда	Пятница
09.35-09.55	Физкультура		
15.50-16.10		Физкультура	
10.30-10.50			Физкультура на улице

**Сетка занятий старшая группа 13 занятий в неделю**

#### **Продолжительность 25 мин**

Время	Пон.	Среда	Пятница
08.50-09.15	Физкультура		
16.30-16.55		Физкультура	
11.00-11.25			Физкультура на улице

**Сетка занятий подготовительная группа 14 занятий в неделю**

#### **Продолжительность 30 мин**

Время	Пон.	Среда	Пятница
10.15-10.45	Физкультура		Физкультура
11.30-12.00		Физкультура на улице	

### **3.6. Список методической литературы**

1. Н.Е. Веракса От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант). Мозаика – Синтез 2014;
2. Э.Я. Степаненкова «Теория и методика физического развития ребенка» Москва, 2001;
3. Н.В. Нищева рабочая программа педагога ДОО. ООО Издательство «Детство – пресс» 2015;

4. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» младшая, средняя, старшая, подготовительная группа. Мозаика – Синтез 2014.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

**Таблица №1 Календарно-тематическое планирование по физическому воспитанию детей средней группы  
СЕНТЯБРЬ**

<b>Содержание организованной образовательной деятельности</b>					<b>Интеграция образовательных областей</b>
<b>Темы занятия</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>3-я неделя «Овощи на огороде»</b>	<b>4-я неделя «Фрукты и ягоды в саду и лесу»</b>	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице					<b>Здоровье:</b> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.
<b>Вводная часть</b> Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена					<b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега,
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С флагжками	С мячом	С обручем	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина – 10см). 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флагжа.	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3. Повтор подпрыгивания. 4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу.	1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под дугу, поточко 2 колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), переходивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах	

<b>Подвижные игры</b>	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик»	«Подарки»	прыжков, подбрасыванием мяча, проведение и подвижной игры.
<b>Малоподвижные игры</b>	«Гуси идут купаться». Ходьба в колонне по одному	«Карлики и великаны»	«Капуста - редиска».	«Пойдём в гости»	<b>Труд:</b> учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду. <b>Познание:</b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения

## ОКТЯБРЬ

<b>Содержание организованной образовательной деятельности</b>					<b>Интеграция образовательных областей</b>	
<b>Этапы занятия \ Темы</b>	<b>1-я неделя «Лес: деревья и кустарники»</b>	<b>2-я неделя «Лес: ягоды и грибы»</b>	<b>3-я неделя «Осень»</b>	<b>4-я неделя «Играем в цирк»</b>		
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластиично выполняет движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движенияигры «Чудо-остров»						
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнурсы, на пятках					
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	<b>Здоровье:</b> рассказывают о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики. <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу утренней гимнастики	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть. 2. Прыжки на двух ногах до предмета. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях. 3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой	1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2. Подлезание под дуги. 3. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кубики. 4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами,ложенными в две линии	1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола. 2. Прокатывание мяча по дорожке. 3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. 4. Игровое задание «Кто быстрее».		
<b>Подвижные игры</b>	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Совушка»,	«Мы – весёлые ребята», «Карусель»		

<b>Малоподвижные игры</b>	«Дерево, кустик, травка»	Ходьба в рассыпную по залу «По грибы, по ягоды»	«Повстречались»	<p>в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.</p> <p><b>Познание:</b> развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.</p> <p><b>Музыка:</b> разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры.</p> <p><b>Труд:</b> учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр</p>
---------------------------	--------------------------	---	-----------------	---

## НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

Этапы занятия \ Темы					Интеграция образовательных областей			
	1-я - 2-я неделя «Одежда и обувь+ материалы для них»	3-я - 4-я неделя «Дикие животные»						
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры								
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал							
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	<b>Здоровье:</b> рассказывает о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих			
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки на двух ногах через шнурьи. 2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м). 3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнурьи. 4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2м)	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м)	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски. 5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю»				
<b>Подвижные игры</b>	«Быстрей к своему флагжку»	«Подарки»	«Лиса в курятнике»	«У медведя во бору»				

<b>Малоподвижные игры</b>	игра «Назови одежду и обувь» (игры с мячом)	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим.	«Звериная зарядка»,	«Три медведя»	процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз
---------------------------	---	---	---------------------	---------------	---

## ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				Интеграция образовательных областей
Этапы занятия \ Темы	1-я - 2-я неделя «Птицы»	3-я неделя «Зима»	4-я неделя «Новый год»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям				Здоровье: рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнени
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне			
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С султанчиками

<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки со скамейки (20см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимнастич. скамейке (на середине сделать поворот кругом). 2. Перепрыг. через кубики на двух ногах. 3. Ходьба с перешагиван. через рейки лестницы высотой 25см от пола. 4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу). 5. Спрятывание с гимнастической скамейки	ю упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой.  <b>Коммуникация:</b> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.  <b>Безопасность:</b> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.  <b>Социализация:</b>
<b>Подвижные игры</b>	«Птички и птенчики»	«Птички в гнездышках»	«Снежинки-пушички»	«Мороз красный нос»	
<b>Малоподв. игры</b>	«Найдем воробышку»	«Летает – не летает»	«Кто дальше бросит снежок»	«Елочка»	

					формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками
--	--	--	--	--	--

## ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия \ Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя «Обитатели уголка природы»	4-я/5-я неделя «Комнатные растения»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх					Здоровье: рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>	С мячом	С веревкой	С обручем	Без предметов	

<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4–5 раз), ловля двумя руками.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточко.</p> <p>3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд.</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу (руки внизу)</p>	<p>1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза).</p> <p>3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза)</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть.</p> <p>4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть.</p> <p>2. Перешагивание через кубики.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25 см от пола).</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу)</p>	<p>поверхности.</p> <p><b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.</p>
<b>Подвижные игры</b>	«Найди себе пару»	«Самолёты»	«Зайка беленький сидит»	«Собери букет»	<b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком)	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Жили – были зайчики»	«Цветочек», (имитация «Как распускается цветочек»)	<b>Социализация:</b> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и

					считаться с интересами товарищей. <b>Познание:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта. <b>Музыка:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки
--	--	--	--	--	---

## ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия \ Темы	1-я неделя «Играем в музей»	2-я неделя «Домашние животные»	3-я неделя «Наша армия»	4-я неделя «Профессии»	Здоровье: учить прикрывать рот платком при кашле
					<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнурья; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры

<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег вразсыпную с остановкой, перестроение в звенья				и обращаться к взрослым при заболевании. <b>Труд:</b> учить самостоятельность готовить и убирать место проведения занятий и игр. <b>Социализация:</b> формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр. <b>Познание:</b> учить
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С гантелями	Без предметов	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки на двух ногах из обруча 2. Прокатывание мяча между предметами. 3. Прыжки через короткие шнуры (6–8 шт.). 4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)	1. Перебрасыв. мяча друг другу двумя руками из-за головы. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз). 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях. 4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см). 4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м)	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек». 3. Игровое задание «Пробеги по мостику». 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	
<b>Подвижные игры</b>	«Поход в музей»	«Лохматый пес»	Эстафетная игра «Наша армия сильна»	«Плотники»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три»	«Кошечка крадется»	«Танки»	«Маляры»	

					определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, вверху-внизу
--	--	--	--	--	--

## МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия \ Темы	1-я неделя «Посуда + материалы для посуды»	2-я неделя «Мамин праздник»	3-я - 4-я неделя «Весна»		
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы»					Здоровье: формировать навык оказания первой помощи
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три				
<b>ОРУ</b>	С обручем	С малым мячом	С флагами	С лентами	

<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Прыжки в длину с места (фронтально).      2. Перебрасывание мешочеков через шнур.      3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами).      4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь)</p>	<p>1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м).      2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.      3. Прокатывание мячей между предметами.      4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине</p>	<p>1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку.      2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны.      3. Перешагивание через шнурсы (6–8), положенные в одну линию.      4. Лазание по гимнастич. стенке с продвижен. вправо, спуск вниз.      5. Ходьба по гимнастич. скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе.      6. Прыжки на двух ногах через шнурсы</p>	<p>1. Ходьба и бег по наклонной доске.      2. Перешагивание через набивные мячи.      3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч.      4. Прыжки на двух ногах через кубики</p>	<p>при травме.</p> <p><b>Безопасность:</b> учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске.</p>
<b>Подвижные игры</b>	Эстафетная игра «Собери набор»	«Мы веселые ребята»	«Ручеек»	«Бег по дорожке»	
<b>Малоподв. игры</b>	«Пузыри в стакане»	«Мама спит, она устала»	«Подснежники»	«По камушкам»	<p><b>Коммуникация:</b> поощрять речевую активность детей в процесс</p>

					е двигател ьной активно сти, при обсужде нии правил игры. <b>Познан ие:</b> рассказ ывать о пользе здоровог о образа жизни, расширя ть кругозор
--	--	--	--	--	---

## АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграц ия образоват ельных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя «Достопримечательности нашего посёлка»	2-я неделя «Бытовые приборы – наши помощники»	3-я неделя «Человек –его тело и здравье»	4-я неделя «На лугу»
					<b>Здоровье:</b> рассказыва ть о пользе дыхательн ых упражнени

**Планируемые результаты развития интегративных качеств:** соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «далше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз

<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их				й по методике К. Бутейко. <b>Безопасность:</b> учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель. <b>Музыка:</b> вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики. <b>Чтение:</b> подобрать стихи на тему «Журавли»
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочек в горизонтальную цель (3–4 раза) поточко. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз	1. Метание мешочеков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флагшка между предметами,ставленными в один ряд	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками	
<b>Подвижные игры</b>	«Совушка»		«Найди свой цвет»	«Зайка серый умывается»	«Прыжки на травке»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках	Игра с мячом «Назови бытовые приборы»	«Будем здоровыми»	«Дом»	

					летят» и «Весёлые лягушата», учить детей воспроизвести движения в творческой форме, развивать воображение
--	--	--	--	--	---

## МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия \ Темы	1-я неделя «Насекомые»	2-я неделя «Цветы и травянистые растения»	3-я неделя «Пресмыкающиеся»	4-я неделя «Лето»	Здоровье: учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы. Безопасность: учить соблюдать
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде					
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»				
<b>ОРУ</b>	С кубиками	С обручем	С гимнастической палкой	Без предметов	

<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте. 2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2–3 м). 3. Метание правой и левой рукой на дальность	1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков. 3. Прыжки через скакалку. 4. Подвижная игра «Удочка»	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше. 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек	1. Прыжки на двух ногах через шнурсы. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3. Игровое задание «Один – двое». 4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока	правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами. <b>Социализация:</b> формировать навык ролевого поведения, учить
<b>Подвижные игры</b>	«Пчелки»	«Собери букет»	«Лягушки»	«Прыжки на травке»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Муравьишки»	ельное упражнение «Одуванчик»	«Угадай, где спрятано»	«По дорожке»	выступать в роли капитана команды. <b>Коммуникация:</b> формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры

## ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Планирование занятий по физическому воспитанию дошкольников средней группы отвечает следующим программным требованиям:

- продолжать работу по укреплению и охране здоровья детей, создавать условия для формирования правильной осанки, формирования и

- совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их, воспитания гигиенических навыков;
- совершенствовать пространственную ориентировку детей;
  - поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях;
  - способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

**К концу года дети могут:**

- Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
- Лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой.
- Ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, стопы и ладони.
- Принимать правильное исходное положение при метании; метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.
- Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1.5 м.
- Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
- Ходить на лыжах скользящим шагом на расстоянии до 500 м., выполнять поворот переступанием, подниматься на горку.
- Ориентироваться в пространстве, находить правую и левую стороны.
- Выполнять упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластиичность движений.

**Таблица №2 Календарно-тематическое планирование по физическому воспитанию детей старшей группы  
СЕНТЯБРЬ**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя «Детский сад»	4-я неделя «Играем в цирк»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается, соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижных играх; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.					Здоровье: Проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать

<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена				гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу
<b>ОРУ</b>	Без предметов Пензулаева Л. И. ст. гр. стр. 16	Без предметов Пензулаева Л. И. ст. гр. стр. 23	С мячом Пензулаева Л. И. ст. гр. стр. 20	С гимнастической палкой Пензулаева Л. И. ст. гр. стр. 26	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами. 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди). 4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 3 Ползание на четвереньках по гимн. скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях. 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы	1. Подлезание в обруч в группировке, боком, прямо 2. Перешагивание через бруки с мешочком на голове 3. Ходьба с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком между колен. 5. Ходьба «Пингвин»	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах	<b>Социализация:</b> Побуждать детей к самооценке и оценке действий  <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.
<b>Подвижные игры</b>	«Запрещенное движение»	«Удочка»	«Мы веселые ребята»	«Ловишки с ленточками»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Тише едешь – дальше будешь»	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	«Подойди не слышно»	<b>Коммуникация:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двиг. активности,

					обсуждать пользу соблюдения режима дня
					<p><b>Труд:</b> убирать сп.инвентарь при проведении физ.упр</p> <p><b>Познание:</b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p>

## ОКТЯБРЬ

Этапы занятия \ Темы	Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
	1-я неделя «Осень»	2-я неделя «Овощи»	3-я неделя «Фрукты»	4-я/5-я неделя «Сад и огород» «Лес: грибы, ягоды, деревья»		
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание ,прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку.						Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух).
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег вразсыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.					

<b>ОРУ</b>	Без предметов Пензулаева Л. И. ст. гр. стр.29	С гимнастической палкой Пензулаева Л. И. ст. гр. стр.31-32	С малым мячом Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.34-35	С обручем Пензулаева Л. И. ст. гр. стр.37	<b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Переползание через препятствие 3 Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах ч/з шнурь, прямо, боком 3 Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Ходьба по скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше .	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч	1.Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка 2..Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед 3.Перебрасывание мяча друг другу, сидя по-турецки 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису.	<b>Коммуникация</b> обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн. зависимости здоровья от правильного питания
<b>Подвижные игры</b>	«Перелет птиц»	«Зайцы в огороде»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,	
<b>Малоподвижные игры</b>	Упражнение «Кто перепрыгнет ручеек в самом широком месте»	«Овощи и фрукты»	«Вершки и корешки»	«Летает-не летает».	<b>Труд:</b> учить следить за чистотой спортивного инвентаря <b>Познание:</b> развивать восприятие предметов по форме, цвету,

					величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи.
					<b>Музыка:</b> вводить элементы ритмической гимнастик; проводить игры и упражнения под музыку

## НОЯБРЬ

Этапы занятия \ Темы	Содержание организованной образовательной деятельности				Интеграция образовательных областей
	1-я неделя «Перелетные птицы»	2-я неделя «Одежда. Обувь + материалы»	3-я неделя «Одежда. Головные уборы»	4-я неделя «Ателье»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упр.ритм.гимн.и п/и.					
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал				
<b>ОРУ</b>	С малым мячом Пензулаева Л.И. ст гр. стр.40-41	Без предмета Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.43	С мячом большого диаметра	На гимнастической скамейке	<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр

			Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.45	Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.47	<b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега врассыпную. <b>Познание:</b> ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево- вправо, вверх- вниз)
<b>Основные виды движений</b>	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками 2. Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Бег по наклонной доске	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат, прыжки на правой и левой ноге между предметами 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	1.Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2.Спрыгивание со скамейки на мат. 3.Ползание до флагжа прокатывая мяч впереди себя 4.Лазание по гимн. стенке разноименным способом	
<b>Подвижные игры</b>	«Не оставайся на полу»	«Круговая лапта»	«Платочек»	«Эстафета парами»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Угадай по голосу»	«Пропавшие ручки»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)	<b>Труд:</b> Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование

## ДЕКАБРЬ

<b>Содержание организованной образовательной деятельности</b>					<b>Интеграция образовательных областей</b>
<b>Темы</b>	<b>1-я неделя «Зима. Зимние забавы»</b>	<b>2-я неделя «Мебель. Материалы для мебели»</b>	<b>3-я неделя «Семья. Мой поселок»</b>	<b>4-я неделя «Новый год»</b>	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям.					<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой.
<b>Вводная часть</b> Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием ног назад. Дыхательные упражнения					
<b>ОРУ</b>	С обручем Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.50	С флагштоками Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.52	Без предметов Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.54	Без предметов Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.56	<b>Социализация:</b> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками <b>Коммуникация:</b> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки со скамейки (20см) на мат 2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке 3. Перешагивание через бруски, справа и слева от него 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание мешочек в даль. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1.Ходьба по гимн. скамейке с перекатом мяча по талии 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание в даль 4.Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка)	

		5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)			<b>Безопасность:</b> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.
<b>Подвижные игры</b>	«Мороз Красный нос»	«Уголки»	«Ключи»	«Два Мороза»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Ходьба «Конькобежцы»	«Береги мебель»	«Назови предметы» (назвать мелкий физкультурный домашний инвентарь)	Игровое упражнение «Снежная королева»	<b>Труд:</b> Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование

## ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				<b>Интеграция образовательных областей</b>
<b>Этапы занятия</b>	<b>Темы</b>	<b>1-я - 2-я неделя</b> <b>Каникулы</b>	<b>3-я неделя</b> <b>«Зимующие птицы»</b>	<b>4-я неделя</b> <b>«Дикие животные зимой»</b> <b>«Почта»</b>
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх				<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности. <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег			
<b>ОРУ</b>	С кубиками	Со шнуром	На гимнастической скамейке	С обручем

	Пензулаева Л.И. ст. гр. стр 60	Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.62	Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.65	Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.66	тела, формировать словарь.
<b>Основные виды движений</b>	1.Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками. 3. Попади в обруч (правой и левой) 4. Ходьба по гимн. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису. 3. Прыжки в длину с места 4.Метание в цель	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, по гимн скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4.Метание вдаль	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки 2.Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком	<b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. <b>Социализация:</b> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. <b>Познание:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта. <b>Музыка:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки
<b>Подвижные игры</b>	«Ловишка с мячом»	«Мышеловка»	«Совушка»	«Звериная зарядка»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима».	Игровое упражнение «Веселые воробышки»	«Почта»	

## ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	

Этапы занятия	«Транспорт»	«Обитатели уголка природы»	«Наша армия»	«Правила дорожного движения»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры					<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <b>Познание:</b> учить двигаться в заданном
<b>Вводная часть</b>	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>	С гимнастической палкой Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.69	С большим мячом Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.71	На гимнастической скамейке Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.73	Без предметов Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.74	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики 2. Прыжки через скакалку (неподвижную). 3. Прокатывание мяча между кеглями 4. Ползание по пластунски до обозначенного места	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м)	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке	
<b>Подвижные игры</b>	«Автомобили»	«Охотники и зайцы»	«У солдат порядок строгий»	«Запрещенное движение»	

<b>Малоподвижные игры</b>	«Поезд»	«Четыре стихии».	Игровое упражнение: «Снайперы»	«Светофор»	направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз <b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
---------------------------	---------	------------------	-----------------------------------	------------	---

## МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия \ Темы	1-я неделя «Мамин праздник»	2-я неделя «Весна»	3-я неделя «Профессии. Электроприборы – помощники в труде»	4-я неделя «Продукты питания +Здоровье»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры					<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту,
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врасыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы				
<b>ОРУ</b>	С малым мячом Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.78	Без предметов Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.80	С кубиками Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.82	С обручем Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.84	

<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове 2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола (расстояние 1,5м). 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Ползание по пластунски в сочетании с перебежками	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Метание мешочеков в цель правой и левой рукой. 3. Пролезание в обручи 4. Прыжок в высоту с разбега	1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна. 5. Подлезание под дугу	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Прыжки со скамейки на мат 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом	отзывчивость, терпение, дружелюбие) <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз <b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
<b>Подвижные игры</b>	Эстафета «Собери цветы»	«Собери ручейки в речку»	«Пожарные на ученье»	«Зайка серый умывается»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Психогимнастика «Ласкушенька»	«Солнышко, заборчик, камешки»	«Маляры»	Упражнение «Лучистые глазки»	

## АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия \ Темы	1-я неделя «Откуда хлеб пришел»	2-я неделя «День космонавтики»	3-я неделя «Посуда. Материалы для посуды»	4-я неделя «Россия. Столица нашей Родины» «Домашние животные и их детеныши»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры					Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево				
<b>ОРУ</b>	С гимнастической палкой Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.87	С короткой скакалкой Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.89	С малым мячом Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.91	Без предметов Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.93	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на круг и передачей мяча перед собой на каждый шаг 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием малого мяча перед собой 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки в высоту	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки через скакалку 3. Метание в даль набивного мяча 4. Ползание по туннелю. 5. Прокатывание обручем друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку	

<b>Подвижные игры</b>	«Медведи и пчелы»	«Полет»	Эстафета «Картошка в ложке»	«Ловишка с ленточками	время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз <b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
<b>Малоподвижные игры</b>	Забавное упражнение «Березка»	«Кто на чем полетит»	Дыхательное упражнение «Буря в стакане»	Народная игра «12 палочек»	

## МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия \ Темы	1-я неделя «День Победы»	2-я неделя «Человек. Солнце, воздух и вода – наши друзья»	3-я неделя «Насекомые. Пресмыкающиеся»	4-я неделя «Лето на лугу, в лесу, в саду и на огороде»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры					Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.

<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				<b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)
<b>ОРУ</b>	Без предметов Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.96	С флагжками Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.97	С мячом Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.99	С обручем Пензулаева Л.И. ст. гр. стр.101	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Пересягивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке	<b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.
<b>Подвижные игры</b>	«Разведчики»	«Парашют» (с бегом)	«Медведь и пчелы»	Эстафета «Дружба»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Игровое упражнение «Меткие стрелки»	«Море волнуется»	Игровое упражнение «Муравьи»	Игра с парашютом	<b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз

				<b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
--	--	--	--	---

## **ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ**

- Планирование занятий по физическому воспитанию дошкольников старшей группы отвечает следующим программным требованиям:
- продолжать работу по укреплению и охране здоровья детей, создавать условия для формирования правильной осанки, формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их, воспитания гигиенических навыков;
  - совершенствовать пространственную ориентировку детей;
  - поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях;
  - способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

К концу года дети должны уметь:

- Ходить и бегать легко, ритмично, сохранивая правильную осанку, направление и темп.
- Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м), с изменением темпа.
- Прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты (не менее 40 см); прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-6 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м), владеть школой мяча.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по троем, четверо, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- Ходить на лыжах скользящим шагом на расстоянии около 2 км; ухаживать за лыжами.
- Кататься на самокате.
- Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

**Таблица №3 Календарно-тематическое планирование по физическому воспитанию детей подготовительной группы**

## СЕНТЯБРЬ

<b>Содержание организованной образовательной деятельности</b>					<b>Интеграция образовательных областей</b>
<b>Темы занятия</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>3-я неделя «Осень»</b>	<b>4-я неделя «Деревья и кустарники осенью»</b>	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> ходьба и бег в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их					<b>Здоровье:</b> проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу
<b>Вводная часть</b> Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.					
<b>ОРУ</b>	С малым мячом	На гимнастических скамейках	С осенними листочками	С обручем	<b>Социализация:</b> Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников,
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом). 2. Прыжки с места на мат (через набивные мячи) 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы) 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке	1.Прыжки с поворотом «кругом», доставанием до предмета. 2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель 3 Пролезание в обруч разноименными способами, пол шнур	1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа 2. Перебрасывание мяча через сетку 3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягива нием руками 2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке 3.Прыжки с места вдаль	

		перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове	4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.	4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую 5. Упражнение «крокодил»	её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. <b>Коммуникация:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двиг.активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня <b>Труд:</b> убирать сп.инвентарь при проведении физ.упр <b>Познание:</b> формировать навык ориентировки в
<b>Подвижные игры</b>	«Совушка»	«Перемени предмет»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Найди и промолчи».	«Дует, дует ветерок» Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения «Дует, дует ветерок»	«Дерево, кустик, травка»	

					пространстве при перестройках, смене направления движения
--	--	--	--	--	---

## ОКТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия \ Темы	1-я неделя «Овощи»	2-я неделя «Труд взрослых на полях и огородах»	3-я неделя «Фрукты»	4-я неделя «Человек» «Перелетные и зимующие птицы»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание ,прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку.					Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух).
<b>Вводная часть</b> Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег вразсыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.					<b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость,
<b>ОРУ</b>	С малым мячом	Без предметов	С веревочкой	С султанчиками (под музыку)	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики.	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2 Прыжки на двух ногах через препятствие	1.Ходьба по узкой скамейке 2.Прыжки через веревочку на одной	

	<p>2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней</p> <p>3 Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком</p>	<p>2. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между ног</p> <p>3 Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.</p> <p>4.Лазание по гимн стенке .</p>	<p>(высота 20 см), прямо, боком.</p> <p>3. Перелезание с преодолением препятствия.</p> <p>4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч</p>	<p>ноге, продвигаясь вперед</p> <p>3.Перебрасывание мяча друг другу на ходу</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису</p>	<p>терпение, дружелюбие).</p> <p><b>Коммуникация</b> обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн. зависимость здоровья от правильного питания</p> <p><b>Труд:</b> учить следить за чистотой спортивного инвентаря</p>
<b>Подвижные игры</b>	«Удочка»	«Жмурки»	Эстафета «Сбор урожая»	«Перелет птиц»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Съедобное – не съедобное»	«Затейники»	«Съедобное – не съедобное»	«Летает-не летает»	<p><b>Познание:</b> развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи.</p> <p><b>Музыка:</b> продолжать вводить элементы</p>

					ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку
--	--	--	--	--	--

## НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия \\ Темы	1-я неделя «Грибы. Ягоды»	2-я неделя «Домашние животные и их детеныши»	3-я неделя «Дикие животные и их детеныши»	4-я неделя «Осенняя одежда и обувь. Головные уборы»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и п/и.					
<b>Вводная часть</b>	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал				
<b>ОРУ</b>	Со скакалкой	С обручем	Без предметов	Парами с палкой	<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу

<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки через скамейку 2. Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Бег по наклонной доске	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясце мешочек на голове	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат, 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	1.Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2.Спрыгивание со скамейки на мат. 3.Ползание до флагжа прокатывая мяч впереди себя 4.Лазание по гимн. стенке разноименным способом	закаливания, поощрять речевую активность. <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега вразсыпную. <b>Познание:</b> ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз)
<b>Подвижные игры</b>	«Быстро возьми, быстро положи»	«Лошади»	«Хитрая лиса»	«Круговая лапта»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Самомассаж» ног мячами ежиками	«Затейники»	«У жирафов»	«Две ладошки». (музыкальная)	<b>Труд:</b> Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование

## ДЕКАБРЬ

<b>Содержание организованной образовательной деятельности</b>					<b>Интеграция образовательных областей</b>	
<b>Темы</b> <b>Этапы занятия</b>	<b>1-я неделя</b> <b>«Зима»</b>	<b>2-я неделя</b> <b>«Дикие животные зимой»</b>	<b>3-я неделя</b> <b>«Мебель. Посуда. (материалы)</b>	<b>4-я неделя</b> <b>«Новый год»</b>		
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям						
<b>Вводная часть</b>	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения					
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку	<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой. <b>Социализация:</b> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками <b>Коммуникация:</b> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием 3. Метание набивного мяча вдаль 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание мешочек в даль правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок	1.Ходьба по гимн скамейке с отбиванием мяча о пол 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание в цель 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка) и с мешочком на спине		

		4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет  5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)	руками, встать и пройти дальше.  4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч		<b>Безопасность:</b> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. <b>Труд:</b> Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование
<b>Подвижные игры</b>	«Мороз красный нос»	«Охотники и зайцы»	«Уголки»	«Два мороза»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Ходьба «Конькобежцы»	«Звериная зарядка»	«Береги мебель»	Игровое упражнение «Снежная королева»	

## ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					<b>Интеграция образовательных областей</b>
<b>Темы</b> <b>Этапы занятия</b>	<b>1-я неделя каникулы</b>	<b>2-я неделя каникулы</b>	<b>3-я неделя</b> <b>«Обитатели уголка природы»</b>	<b>4-я/5-я неделя</b> <b>«Животные жарких стран»</b> <b>«Семья. Мой поселок»</b>	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает					<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.

порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх					<b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. <b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.
<b>Вводная часть</b>	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая коленис выполнением заданий, челночный бег				
<b>ОРУ</b>	С палкой	С мячом	С гирями	С султанчиками под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	1.Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по гимн. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине) 4.Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4.Перебрасывание мяча снизу друг другу 5. Кружение парами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки 2.Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком	<b>Социализация:</b> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. <b>Познание:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.
<b>Подвижные игры</b>	«Ловишка с мячом»	«Догони свою пару»	«Ловля обезьян»	«Ловля обезьян»»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Четыре стихии».	«У жирафов»	<b>Музыка:</b> учить выполнять движения,

					отвечающие характеру музыки
--	--	--	--	--	--------------------------------

## ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы занятия	1-я неделя «Инструменты и электроприборы – помощники в труде»	2-я неделя «Морские, речные и аквариумные рыбки»	3-я неделя «Наша Армия»	4-я неделя «Транспорт. Правила дорожного движения»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры					<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.
<b>Вводная часть</b> Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий					<b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча правой и левой рукой	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	1. Ходьба по гимнастич скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой	

	4. Ползание по-пластунски до обозначенного места	3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног 4. Прыжки в высоту	4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Перебрасывание набивных мячей	поочередно на месте и в движении 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке	закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз
<b>Подвижные игры</b>	«Ключи»	«Удочка»	«У солдат порядок строгий»	«Цветные автомобили»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Море волнуется»	Игровое упражнение: «Снайперы»	«Светофор»	<b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр

## МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					<b>Интеграция образовательных областей</b>
<b>Темы</b>	<b>1-я неделя</b> <b>«Мамин праздник»</b>	<b>2-я неделя</b> <b>«Весна»</b>	<b>3-я неделя</b> <b>«Перелетные птицы весной»</b>	<b>4-я неделя</b> <b>«Растения и животные весной»</b>	
<b>Этапы занятия</b>					<b>Здоровье:</b> рассказывать о

<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег вразсыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных положений 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Подлезание в обруч разными способами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной 2. Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом	<b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.
<b>Подвижные игры</b>	Эстафета «Собери цветы»	«Собери ручейки в речку»	«Гуси-лебеди»	«Медведь и дети»	<b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по
<b>Малоподвижные игры</b>	Психогимнастика «Ласкунешка»	«Море волнуется»	«Воздушный шар»	«Самомассаж» лица, шеи, рук	

					сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз
					<b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр

## АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия \ Темы	1-я неделя «Наша страна. Достопримечательнос- ти нашего поселка»	2-я неделя «Планета Земля. День космонавтики»	3-я неделя «Насекомые. Пресмыкающиеся. Земноводные»	4-я неделя «Труд взрослых в огороде и в саду»	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры					Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные
<b>Вводная часть</b> Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево					
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочками	

<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнуря 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую скакалку	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Прокатывание обруча друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку	качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения
<b>Подвижные игры</b>	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками»	закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.
<b>Малоподвижные игры</b>	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»	<b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз <b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр

## МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности

Интеграция

Этапы занятия \ Темы					образовательных областей	
	1-я неделя «День Победы»	2-я неделя «Знакомство с творчеством К.И. Чуковского»	3-я неделя «Школа. Школьные принадлежности»	4-я неделя «Лето. Растения луга, леса»		
Планируемые результаты развития интегративных качеств:	знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры					
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед					
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку	Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)  Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  Безопасность:	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через скакалку	1. Ходьба по шнурку (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке	формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча	
Подвижные игры	«Разведчики»	«Парашют» (с бегом)	Эстафета «Собери портфель»	Эстафета «Дружба»		
Малоподвижные игры	Игровое упражнение «Меткие стрелки»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	Игра с парашютом		

					друг другу разными способами. <b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз <b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
--	--	--	--	--	--

## ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Планирование занятий по физическому воспитанию дошкольников подготовительной группы отвечает следующим программным требованиям: продолжать работу по укреплению и охране здоровья детей, создавать условия для формирования правильной осанки, формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их, воспитания гигиенических навыков;

- совершенствовать пространственную ориентировку детей; поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях;
- способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

### К концу года дети могут:

- Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание).
- Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега – 180 см; в высоту с разбега – не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг) бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4 - 5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 – 12 м, метать предметы в движущуюся цель.
- Перестраиваться в 3 – 4 колонны, в 2 – 3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, по словесной инструкции.
- Следить за правильной осанкой.
- Ходить на лыжах переменным скользящим шагом на расстоянии 3 км, подниматься на гору и спускаться с нее, тормозить при спуске.
- Участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).
- 

**Таблица № 4. Обеспеченность методическими материалами, средствами обучения и воспитания**

<b>Игровое и учебное оборудование</b>	Игры Игрушки Учебные пособия
<b>Физкультурные предметы</b>	Мячи (маленькие пластмассовые, средние резиновые, большие резиновые, мягкие тканевые Гимнастический мат Скакалка детская Кегли Обруч пластиковый детский средний Конус для эстафет Цветные флаги Цветные ленточки Бубен Ребристая дорожка Корзина для инвентаря пластмассовая Дорожки мягкие Парашиют игровой средний Мишень Кольцо баскетбольное Мешочки с песком Коврик гимнастический Гимнастическая доска Шведская стенка Кубики для ОРУ Канат для перетягивания Шнурки гимнастические Скамейки гимнастические
<b>Учебно-наглядные пособия</b>	Тематические книги Плакаты Картинки
<b>Компьютерное оборудование, оснащенное доступом к информационно-</b>	Стационарный компьютер

<b>телекоммуникационным сетям</b>	
<b>Аппаратно-программные и аудиовизуальные средства</b>	Цифровые образовательные ресурсы, записанные на диски, флэш-карты по физическому развитию