

ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКИЙ САД №4
АДМИРАЛТЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

УТВЕРЖДЕНО
ЗАВЕДУЮЩЕЙ ГБДОУ
ДЕТСКИЙ САД №4
АДМИРАЛТЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

_____ Е.А.ОДНОСТАЛКО

Проект рабочей программы

по образовательной области «Физическая культура»

на 2014-2015 учебный год

Составлена на основе примерной общеобразовательной программы
дошкольного образования «От рождения до школы»
(под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой)

2014г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка.

2. Развернутое комплексно - тематическое планирование.

2.1. Развернутое комплексно тематическое планирование 1 младшая группа.

- а) Основные задачи реализации образовательной области «Физическая культура».
- б) Возрастные особенности детей с 2 до 3 лет.
- в) Содержание педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура».
- г) Формы работы по реализации основных задач по видам физкультурной деятельности.

2.2. Развернутое комплексно-тематическое планирование 2 младшая группа

- а) Основные задачи реализации образовательной области «Физическая культура»
- б) Возрастные особенности детей с 3 до 4 лет
- в) Содержание педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура»
- г) Формы работы по реализации основных задач по видам физкультурной деятельности.

2.3. Развернутое комплексно-тематическое планирование в средней группе.

- а) Основные задачи реализации образовательной области «Физическая культура».
- б) Возрастные особенности детей с 4 до 5 лет.
- в) Содержание педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура».
- г) Формы работы по реализации основных задач по видам физкультурной деятельности.

2.4. Развернутое комплексно-тематическое планирование старшая группа.

- а) Основные задачи реализации образовательной области «Физическая культура».
- б) Возрастные особенности детей с 5 до 6 лет.
- в) Содержание педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура».
- г) Формы работы по реализации основных задач по видам физкультурной деятельности.

2.5. Развернутое комплексно-тематическое планирование подготовительной группе.

- а) Основные задачи реализации образовательной области «Физическая культура».
- б) Возрастные особенности детей с 6 до 7 лет «Физическая культура»
- в) Содержание педагогической работы по освоению образовательной области.
- г) Формы работы по реализации основных задач по видам физкультурной

деятельности.

3. Способы проверки знаний, умений и навыков в области «Физическая культура».

4. Учебно - методическое и информационное обеспечение программы.

5. Список литературы.

6. Приложение

- 6.1. Взаимодействие руководителя физической культуры с воспитателем в ДОУ.
- 6.2. Годовой план работы по физическому воспитанию на 2014 – 2015 учебный год.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа – это учебно-методический документ, характеризующий систему организации образовательной деятельности педагога. Настоящая рабочая программа разработана для детей 1 младшей – подготовительной групп.

Основой для разработки рабочей программы по физическому развитию предстали:

– Основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» (под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой). М.: Мозаика – Синтез, 2010г,

– Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа детского сада. Л.И.Пензулаева. Конспекты занятий.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.

– Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Л.И.Пензулаева. Конспекты занятий.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.

– Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Л.И.Пензулаева. Конспекты занятий.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009.

– Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая. Л.И.Пензулаева. Конспекты занятий.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009.

– Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет .-М.: МОЗАИКА_СИНТЕЗ, 2009.

– Федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования Приказ от 23 ноября 2009 г. N 655,

– Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении.

СанПиН 2.4.1.3049-3. от 15 мая 2013 №26

– Устав ГБДОУ детского сада №4 Адмиралтейского р-на,

Федеральный государственный образовательный стандарт по дошкольному образованию Приказ № 1155 от 17.10.2013 г.

Цель

Формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, коррекцию недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей.

Задачи

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

Структура НОД

В данной рабочей программе представлены занятия, разработанные на основе значений о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей от 2 до 7 лет. Занятия построены по общепринятой структуре и включают обучение основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижные игры.

В каждой группе еженедельно проводится 3 занятия по физической культуре в утренние часы. В младших группах занятия проводятся в группе, в старших группах 2 раза занятия проводятся в группе и 1 раз на открытом воздухе (его проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям). Перед началом каждой темы НОД (с целью создания интереса и мотивации) дети знакомятся с видом спорта изучаемой темы.

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

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

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

ВИДЫ НОД И ФОРМЫ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

Виды занятий и формы работы	1 младшая 2 раза в неделю	2 младшая 3 раза в неделю	Средняя 3 раза в неделю	Старшая Подготовительная 3 раза в неделю
1.НОД по физкультуре	По группам 8-10мин	По группам 12-15мин	Всей группой 20мин	Всей группой 25-30мин
2.физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня				
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 мин	Ежедневно 6-9 мин	Ежедневно 8-10 мин	Ежедневно 10-12 мин
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза на утренней и вечерней прогулке 10-15мин В дни проведения физкультурных занятий 6-10мин	Ежедневно 2 раза на утренней и вечерней прогулке 15-20мин В дни проведения физкультурных занятий 6-10мин	Ежедневно 2 раза на утренней и вечерней прогулке 20-25мин В дни проведения физкультурных занятий 8-12мин	Ежедневно 2 раза на утренней и вечерней прогулке 25-30 В дни проведения физкультурных занятий 10-15мин
Физкультминутка	Ежедневно 1-3мин	Ежедневно 1-3мин	Ежедневно 1-3мин	Ежедневно 1-3мин
3.Активный отдых				

Физкультурный досуг	1 раз в месяц	1 раз в месяц 20-30мин	1 раз в месяц 30-45мин	1 раз в месяц 45-50мин
Физкультурный праздник		2 раза в год	2 раза в год	2 раза в год
день здоровья	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
4.самостоятельная двигательная деятельность детей	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Кружок				Понедельник 1 и 3 неделя месяца 25-30 мин

Формы организации образовательной области «Физическая культура»

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

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

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

Принципы организации занятий

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

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

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

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

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

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

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

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

Методы и приемы обучения:

Наглядные:

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, 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;
- слушание музыкальных произведений.

Упражнения:

- 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.

Проблемный:

- частично поисковый (ответы, рассуждения детей с помощью взрослого)

Методы и приемы воспитания:

Традиционно принятые:

- убеждение;
- поощрение.

Неформально-личностные:

- пример близких;
- пример друзей.

Рефлексивные:

- индивидуальные переживания;
- самоанализ(старшие группы).

Методы развития двигательных способностей:

- игровой;
- соревновательный (старшие группы).

Интеграция образовательной области «Физическая культура» с образовательными областями

<i>Образовательная область</i>	<i>Задачи</i>
«Социализация»	Приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.
«Здоровье»	В части решения общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья.
«Музыка»	Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей.
«Коммуникация»	Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования.
«Познание»	В части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности.
«Труд»	Накопление опыта двигательной активности.

Материально-технические (пространственные) условия организации физической культуры детей

- *Уголок для двигательной активности ребенка;
- *Уголок «Здоровья»
- *Информационная папка;
- * Нетрадиционное физическое оборудование;
- *Спортивная площадка, оснащенная спортивным инвентарем, оборудованием.

Технические средства обучения

- *Магнитофон;
- *CD и аудио материал.
- *Баян

Наглядно – образовательный материал

- *Иллюстрации и репродукции (валеологические игры, виды спорта, спортивный инвентарь и т.д.);
- *Игровые атрибуты для подвижных игр.

Формы организации контроля:

- фронтальная (вся группа – мониторинг)
- индивидуальная (медико-педагогический срез)

Методы контроля:

- наблюдение (качественные показатели выполнения двигательных умений основных движений);
- упражнения (правильность выполнения контрольных упражнений);
- контроль (тесты- количественные показатели выполнения основных движений).

2. Развернутое комплексно-тематическое планирование

1 младшая группа

2.1. Развернутое комплексно-тематическое планирование организованной образовательной деятельности (содержание психолого-педагогической работы) в 1 младшей группе

Планируемые результаты интеграционных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями, самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, владеет доступными возрасту навыками обслуживания, принимает участие в подвижных, сюжетных играх; проявляет интерес к окружающему миру природы; принимает активное участие в продуктивной деятельности (рисовании, конструировании); проявляет активность при выполнении простейших танцевальных движений, эмоциональную отзывчивость на доступные возрасту сказки, музыкальные произведения; соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания; сооружает элементарные постройки.

Программные задачи: учить ходить и бегать не наталкиваясь на других детей, прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед; брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч, ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезть через бревно, лежащее на полу; формировать навыки безопасного поведения в подвижных играх, при использовании спортивного инвентаря; создавать условия для развития нравственных качеств, активизировать мышление детей, поощрять речевую активность в процессе двигательной активности, привлекать внимание к эстетической стороне элементарных физкультурных предметов (флажки, кубики, палочки ит.д.); развивать ритмику движений под музыкальное сопровождение).

Сентябрь 1-2-я недели

Задачи. Упражнять в ходьбе и беге стайкой в одном направлении, в ходьбе по ограниченной поверхности, в ползании на четвереньках, в бросании мяча вдаль. Воспитывать самостоятельность, интерес к занятию.

Пособия. Мячи (диаметр 20 см) по количеству детей, кукла, дорожка (ширина 25-30 см, длина 2—2,5 м), корзины, ящики, коробки, обручи.

Вводная часть.

1. Ходьба стайкой в одном направлении за воспитателем.

2. Ходьба по дорожке (2 раза).

3. Подвижная игра «Бегите все ко мне» (повторить 2—3 раза).

Дети идут стайкой за воспитателем, который следит, чтобы они не мешали друг другу, голову и спину держали прямо (расстояние для ходьбы не менее 10 м).

Затем дети идут по дорожке в гости к кукле. Подходят к ней, здороваются и возвращаются по дорожке обратно.

Воспитатель отходит от детей на расстояние 8-10 м и предлагает:

«Бегите все ко мне». При повторе может взять куклу и предложить ребятам бежать к кукле (3-4 раза).

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения.

Дети стоят произвольно на расстоянии друг от друга и изображают деревья. Движения малышей сопровождаются словами.

«Ветер дует нам в лицо, закачалось деревцо. (Наклоняют корпус вправо и влево).

Оторвался с ветки лист, (Наклоняют корпус, дотрагиваются до пола и выпрямляются).

Закружился, закружился (Кружатся на месте).

И на землю опустился». (Присаживаются и выпрямляются).

2. «Котят ползут по дорожке»,

Дети изображают котят. Даю им задание доползти по дорожке до мячей. Малыши ползут друг за другом. Слежу за тем, чтобы они прогибали спину, голову держали прямо. Котят могут произносить: «Мяу-мяу».

3. «Котят играют с мячами».

Дети берут мячи из корзины и бросают их произвольно, кто как может, бегут за ними и повторяют движения (3—4 раза). Поощряю малышей.

Заключительная часть.

«Котят ищут домики для своих мячей».

Ставлю перед детьми задачу найти такой домик, чтобы мяч не укатился (заранее раскладывает в разных концах группы коробки, корзины, обручи, коврики). Малыши самостоятельно находят домик и кладут в него мяч.

Сентябрь 3-4-я недели

Задачи. Учить ходить и бегать в разном направлении, прыгать на месте, имитировать животных, бросать мяч вдаль к зрительным ориентирам. Развивать умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать самостоятельность. Вызывать положительный эмоциональный отклик на общение со взрослым и с детьми.

Пособия. Мячи (диаметр 20—25 см) по количеству детей, игрушки – кошка, собака, мишка.

Погремушки (по 2 на каждого ребенка).

Вводная часть.

Ходьба за воспитателем, ходьба со сменой направления («Пойдем в гости к мишке, кошке, собачке» и т. д.), имитация ходьбы мишки, кошки, собачки и т. д.

Заранее размещаю в разных концах группы или зала игрушки: мишку, кошку, собачку. Вместе с детьми рассматриваю игрушки, затем предлагаю пойти в гости к мишке. Дети подходят к мишке вместе, здороваются с ним. Предлагаю им показать, как мишка ходит, дети показывают. Затем малыши идут в гости к собачке, кошке. Детей старшей подгруппы спрашиваю, с кем они хотят поиграть в догонялки. Беру названную детьми игрушку и предлагаю догнать, например, мишку. При беге меняю направление. При повторе малыши могут догонять кошку или собачку, которую держит взрослый. Повторить 2-3 раза.

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения.

1) «Помашем погремушками». И. п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки с погремушками внизу.

Предлагаю детям поиграть с погремушками. Дети размахивают ими вверх-вниз (6 раз).

2) «Спрячем погремушки». И. п.: сидя, ноги раздвинуты, руки с погремушками на коленях. Отвести руки назад, за спину – «Нет погремушек». Вернуться в и. п. – «Вот погремушки». Повторить 4 раза.

3) «Ветерок играет с погремушками». И. п.: стоя на коленях, руки с погремушками опущены. Раскачивание рук из стороны в сторону с легким наклоном вправо, влево, произнося звук «ш-ш-ш». Повторить

4 раза.

2. «Попрыгаем как зайчики» (прыжки на месте). Дети, не умеющие прыгать, делают «пружинку» (4-5 пскоков). Повторить 2-3 раза.

Выполняю движение вместе с детьми, показываю, как надо сильно. оттолкнуться двумя ногами.

3. Бросание мяча способом из-за головы к зрительному ориентиру. Предлагаю бросать мяч мишке, собачке, кошке (кто кому хочет), показываю способ броска. Дети повторяют движение и бегут за своим мячом. Повторить 2-3 раза. (Игрушки располагаются на расстоянии 1,5 м от черты, за которой стоят дети.)

4. Подвижная игра «Куры и кошка». Дети изображают курочек. Роль кошки выполняет воспитатель. Уточняю с детьми, как курочки машут крыльями, как они ходят, клюют зернышки. Определяет место, где живут курочки и где они будут прятаться от кошки. Затем произношу следующий текст:

«Выходите, курочки, жучков, паучков

Собирайте крошки, На зеленой дорожке».

Дети-курочки выбегают на середину зала, машут крыльями, летают.

Продолжаю: «Куры крыльями махали: куры клювиком стучали:

«Ко-ко-ко, ко-ко-ко». «Тук-тук-тук, тук-тук-тук». Дети-курочки присаживаются на корточки и стучат пальцами по полу, произнося: «Тук-тук-тук!»

Вдруг появляется кошка (помощник воспитателя): «Выйду, выйду на дорожку, там, где куры ищут крошки, Мяу-мяу-мяу! Мяу-мяу-мяу!»

Куры громко кричат: «Ко-ко-ко, ко-ко-ко – и убегают в свои домики.

Вариант. Задача. Совершенствовать умение подлезать под веревку, натянутую на высоте 30-35 см от пола подлезать под нее. Куры должны подлезать под нее. Повторить со старшей подгруппой 3 раза, с младшей – 2 раза.

Заключительная часть.

Дети ходят по группе и прощаются по очереди с мишкой, кошкой, собачкой, которые расположены в разных концах группы.

«Веселые воробышки» *Октябрь 1-2 неделя*

Задачи. Упражнять в ходьбе и беге в разных направлениях. Учить прыгать с продвижением вперед и ползать, меняя направление. Воспитывать самостоятельность, инициативу. Закреплять знание цвета.

Пособия. Дорожки разного цвета по количеству детей (цвет выбирается по усмотрению педагога), мячи среднего размера по количеству детей, палка (длина 1-1,5 м) с прикрепленной к ней ленточкой (длина 1,5—2 м).

Вводная часть.

Ходьба в сочетании с бегом за взрослым. Воспитатель меняет направление ходьбы и бега, учит детей не наталкиваться друг на друга, использовать всю площадь зала. Следит, чтобы дети не шаркали ногами, не опускали голову.

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения. «Воробышки».

1. «Покажите крылышки» и. п.: ноги слегка расставлены. Поднять руки в стороны («Вот какие крылышки у воробышек!»). Повторить 4—5 раз;

2. «Воробышки клюют зернышки» и. п.: то же. Присесть, касаясь руками пола («Воробышки клюют зернышки - клю-клю, клю-клю»). Повторить 4 раза;

3. «Воробышки сушат крылышки» и. п.: то же. Взмахнуть перед собой руками. Повторить 4-5 раз;

4. «Воробышки пьют водичку» и. п.: лежа на животе. Приподнять голову, не отрывая ног от пола. Повторить 3 раза;

5. «Воробышки прыгают» и. п.: ноги слегка расставлены. Попрыгать на месте. Повторить 5-6 раз.

2) «Прокати мяч по дорожке».

И. рассматривает с детьми дорожки, уточняет, какого они цвета. Затем предлагает взять мячи из корзины и расставляет малышей около дорожек. Взрослый рассказывает и показывает, как надо оттолкнуть мяч двумя руками, чтобы он катился по дорожке, а не прыгал. Ребята прокатывают мяч и бегут за ним. Повторить 3 раза. При повторе взрослый может предложить детям самостоятельно выбрать цвет дорожки. Если малыши затрудняются, показывает, по какой дорожке они должны прокатить мяч.

3) «Воробышек скачет по дорожке».

Прыжки с продвижением вперед. Воспитатель напоминает детям, что надо сильно оттолкнуться двумя ногами и мягко приземлиться на обе ноги. Повторить 2-3 раза. При повторе упражнения можно предложить малышам самостоятельно выбрать цвет дорожки.

4) Подвижная игра «Воробышки и кот»

«Кот уснул». Воспитатель сажает игрушку кота на стул и говорит детям-воробышкам, что кот устал, догоняя их, и уснул. Давайте тихо-тихо пойдём, чтобы кот не проснулся. Повторить 3 раза.

Заключительная часть.

«Птицы машут крыльями». Спокойная ходьба с легкими движениями руками

«Мишки косолапые» Октябрь 3-4-я недели

Задачи. Упражнять в ходьбе, беге в колонне по одному в разных направлениях, в прокатывании мяча в ворота, в ползании и подлезании в ворота. Воспитывать внимание, самостоятельность, инициативу, положительное отношение к движениям.

Пособия. Ворота (ширина 60 см), мячи средних размеров (по количеству детей), игрушка кошка.

Вводная часть.

Ходьба друг за другом в колонне в разных направлениях за воспитателем, который меняет направление, следит за тем, чтобы дети не выходили из колонны, голову держали прямо. По сигналу взрослого «Побежали» малыши бегут. Темп бега задает педагог.

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения. Комплекс «Мишки»

- 1) и. п.: ноги слегка расставлены. Поднять руки вверх, опустить вниз («Мишки подняли лапки к солнцу, согрели их и опустили»). Повторить 4—5 раз;
- 2) и. п.: сесть, ноги раздвинуты. Наклониться вперед, коснуться руками пола между ступнями ног, выпрямиться («Мишки сорвали ягоду, съели. Вкусно»). Повторить 3—4 раза;
- 3) и. п.: лежа на спине. Повернуться направо, прямо, налево, прямо («Мишки согрели один бок, живот, другой бок»). Повторить 4 раза;
- 4) дети кружатся на месте («Мишки пляшут»).

2. Прокатывание мяча в ворота и ползание за ним.

Воспитатель заранее расставляет ворота по количеству детей. Ширина - 60 см. Педагог вместе с ребятами рассматривает ворота, расставляет напротив них детей на расстоянии 1,5 м, раздает мячи и предлагает прокатить их в ворота, а затем и самим проползти за мячом. Малыши повторяют движения 2-3 раза.

При повторе воспитатель может предложить им самостоятельно выбрать ворота. Детям младшей подгруппы можно уменьшить расстояние до ворот.

3. Подвижная игра «Медведь и добрые зайчата».

Повторить со старшей подгруппой 3-4 раза, с младшей - 2-3 раза.

Заключительная часть. Спокойная ходьба

Ноябрь 3-4 недели.

Задачи. Совершенствовать ходьбу и бег с остановкой на сигнал.

Учить соразмерять шаг с высотой препятствия при ходьбе, прокатывать и ловить мяч, перелезть через препятствие. Закреплять умение прыгать с продвижением вперед, знание формы. Воспитывать самостоятельность, ловкость, внимание.

Пособия. Мячи среднего размера (один на двоих детей), кубики или другие предметы высотой 10-15 см (3-4 шт.), ленточки (5 шт.), бревно надувное или сшитое из поролона, флажки по количеству детей.

Вводная часть.

1. Ходьба в колонне друг за другом, ходьба с перешагиванием предметов высотой 10-15 см. Воспитатель заранее кладет на расстоянии 25-30 см друг от друга ленточки в чередовании с кубиками – всего 8 предметов. Дети перешагивают их, а педагог следит за тем, чтобы они не наступали на предметы. Поощряет детей, помогает им. Для детей помладше воспитатель раскладывает 2 ленточки и 2 кубика.

2. Бег с остановкой на сигнал. Воспитатель следит за тем, чтобы дети бегали по всей площади зала (10-15 с). На сигнал «Стоп! малыши останавливаются. Повторить 2-3 раза в зависимости от самочувствия детей.

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения. Комплекс с флажками.

а) и. п.: ноги слегка расставлены. Поднять флажки, посмотреть на них, опустить «Вот какие у нас красивые флажки». Повторить 4-5 раз;

б) и. п.: лежа на спине. Положить флажки за голову, опустить руки, взять флажки. Повторить 4 раза;

в) и. п.: лежа на спине. Поднять колени к груди, постучать флажками по коленям, сказать: «Тук-тук». Повторить 4 раза;

г) и. п.: стоя, ноги слегка расставлены. Присесть, постучать флажками об пол, сказать: «Тук-тук». Встать. Повторить 3-4 раза.

2. Прокатывание мяча друг другу и ловля его.

Дети постарше размещаются на расстоянии 1,5-2 м друг от друга, катают мяч и ловят. Воспитатель обращает их внимание на то, что мяч надо катить прямо в руки партнера. Повторить 4 раза. Детям помладше воспитатель сам катит мяч или сокращает расстояние 1-1,5 м.

3. «Жучки выползли на прогулку».

Дети изображают жучков. Они выползают на прогулку и ползут на лужайку. На пути у них встречается бревно, через которое они перелезают. Бревно располагается на середине пути (расстояние 5 м). На лужайке жучки летают, распрямляют крылья (руки), машут ими, жужжат: «Ж-ж-ж». На сигнал воспитателя «дождь» жучки ползут домой.

4. Подвижная игра «Лиса и цыплята» (55).

Повторить с младшей подгруппой 2 раза, со старшей - 3 раза.

Заключительная часть.

Спокойная ходьба по залу друг за другом («Цыплята возвращаются домой»). Ходьба может быть с легкими движениями руками («Цыплята машут крылышками»).

Ноябрь 3-4-я недели

Задачи. Упражнять детей в ходьбе в разных условиях (прямая и извилистая дорожки), в беге в медленном темпе за воспитателем. Учить прыгать с продвижением вперед, ползать по извилистой дорожке. Развивать координацию, равновесие. Воспитывать самостоятельность, активность. Дать представление – «прямая», «извилистая».

Пособия. Прямая и извилистая дорожки (длина 2,5 м, ширина прямой и извилистой дорожек 25 см),

мячи по количеству детей, погремушки.

Вводная часть.

Ходьба по прямой и извилистой дорожкам. Воспитатель раскладывает дорожки друг за другом так, чтобы дети могли их сравнить. Затем предлагает пройти по прямой и извилистой дорожкам. Следит за тем, чтобы малыши держали спину прямо, не опускали голову. Повторить 2-3 раза.

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения.

Комплекс с погремушками (см. раздел «Сентябрь. 3-4-я недели»).

2. «Ползание по извилистой дорожке».

Дети ползут друг за другом по извилистой дорожке, воспитатель подбадривает их, следит за тем, чтобы они не опускали голову, не сползали с дорожки. Повторить 3 раза.

3. «Прыжки с продвижением вперед по извилистой дорожке».

Дети прыгают по дорожке друг за другом. Слежу за тем, чтобы малыши сильнее отталкивались, мягко приземлялись, голову держали прямо.

4. Подвижная игра «Догони мяч». Бросаю мяч и говорю «Раз, два, три, беги...» Ребенок должен бежать только после слов «беги» и догнать мяч. Бросаю мяч в разных направлениях.

Заключительная часть.

«Найди мяч». Прячу мяч, дети ходят по залу, ищут его. Найдя мяч, ребенок подходит ко мне и говорит, где лежит мяч.

Декабрь 1-2-я недели

Задачи. Упражнять в ходьбе и беге на носочках. Учить бросать мешочек с песком через веревку способом от плеча, прыгать между предметами. Развивать ловкость, равновесие. Вызывать положительные эмоции от выполнения заданий, от общения с детьми и со взрослым.

Пособия. Мешочки с песком (вес 150 г) по количеству детей, стойки с веревкой, игрушка собака, платочки.

Вводная часть.

Ходьба обычная, ходьба на носочках («Какие мы большие»), ходьба обычная с переходом на обычный бег, бег на носочках, ходьба (10—15 с).

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения.

Комплекс с флажками (см. раздел «Ноябрь. 1-2-я недели»). Заменить флажки платочками.

2. Бросание мешочков с песком вдаль через веревку, натянутую на стойки выше вытянутой руки ребенка на 15-20 см.

Воспитатель предлагает детям, стоящим за чертой на расстоянии 1,5 м от стойки, перебросить мешочек через веревку. Показывает способ броска «от плеча». Ребята бросают мешочек сначала правой рукой, бегут за ним и бросают левой рукой (расстояние уменьшить на 0,5 м). Повторить 3—4 раза. Малыши бросают мешочки с песком произвольно, бегут за ними, бросают через веревку с расстояния 1 м.

3. Прыжки через мешочки.

И. раскладывает 8 мешочков по кругу на расстоянии 25 см друг от друга и предлагает детям перепрыгнуть их - «зайчики прыгают через мешочки». Ребята младшей подгруппы, не умеющие прыгать, перешагивают их. Количество мешочков для этих детей - 4 шт.

4. Подвижная игра «Вот сидит наш пес Барбос». Повторить 3 раза.

Заключительная часть.

Воспитатель говорит малышам, что собачка устала и уснула. Предлагает пройти мимо нее тихо-тихо, чтобы не разбудить. Дети идут тихо на носочках.

Декабрь 3-4-я недели

Задачи. Упражнять в ходьбе и беге в разных условиях (твердая и мягкая дорожки). Учить прыгать в длину, ходить по скамейке. Развивать равновесие, координацию движений. Воспитывать активность и самостоятельность. Закреплять понятия «мягкая», «твердая».

Пособия. Твердая и мягкая дорожки, веревки длиной 2 м (2 шт.).

Вводная часть.

Обычная ходьба, ходьба по мягкой дорожке, ходьба по твердой дорожке. Повторить 2 раза. Бег по твердой и мягкой дорожкам. Повторить 2 раза.

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения.

Комплекс «Воробышки» (см. раздел «Октябрь. 1-2-я недели»).

2. Ходьба по скамейке.

Дети идут по скамейке один за другим. Воспитатель при необходимости страхует их, следит, чтобы держали спину и голову прямо. Обращает внимание детей, что со скамейки надо сходить, а не спрыгивать. Повторить 2 раза.

3. Прыжки в длину «Зайка прыгает через ручеек».

Воспитатель раскладывает 2 веревки на расстоянии 20—25 см друг от друга. Предлагает детям-зайчикам перепрыгнуть через ручеек так, чтобы не замочить лапки (2-3 раза).

4. Подвижная игра «Волшебная палочка». Повторить 2 раза.

Заключительная часть.

Подвижная игра «Карусели» (48). Повторить 3 раза. На третьей неделе при необходимости внести изменения: предложить прыгать в длину через ручеек - голубую дорожку из бумаги или линолеума (ширина 25 см).

Январь 1-2-я недели

Задачи. Учить ходить разными способами, подражая животным. Упражнять в ползании, и подлезании на четвереньках, в бросании мяча об пол. Развивать ловкость, координацию, внимание. Воспитывать самостоятельность, активность.

Пособия. Дуги (2 шт.), мячи (по количеству детей), стойки, ленточки (по количеству детей).

Вводная часть.

Обычная ходьба, ходьба-имитация.

Дети идут друг за другом по залу обычным шагом, на слово воспитателя «Петушок!» - идут, высоко поднимая колени и произнося: «Ку-ка-ре-ку», затем идут обычным шагом. На слово: «Медведь!» - переваливаются с боку на бок, рычат: «Р-р-р», затем обычная ходьба.

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения.

Комплекс «Мишки»

2. Подлезание под 2 дуги.

Воспитатель определяет границу, от которой дети должны ползти. На середине пути размещает ворота (2 шт.). Если нет стационарных ворот, можно сделать их из кубиков, модулей, кеглей. На противоположной стороне от границы размещается корзина с мячами. Малыши ползут до дуги, подлезают под нее, затем подлезают под вторую дугу и ползут до корзины. Слежу за тем, чтобы ребята не опускали голову при ползании, при подлезании прогибали спину.

3. Бросание мяча об пол.

Дети берут мяч из корзины и бросают его об пол перед собой. Показываю и рассказываю им, что

бросить мяч надо перед собой сильно, чтобы он подскочил высоко. Ребята пытаются поймать мяч. Если это им не удастся, бегут за ним и опять кидают. Повторить 4—5 раз.

4. Подвижная игра «Лиса и цыплята».

Дети изображают цыплят, вышедших на прогулку. Цыплята весело бегают, машут крылышками, клюют зернышки. Воспитатель говорит, а дети выполняют действия.

«Впереди из-за куста Смотрит хитрая лиса.

Мы лису обхитрим, Тихо-тихо убежим

Действия детей:

Настораживаются.

Бегут на носочках за обозначенную черту.

Взрослый следит за тем, чтобы цыплята убежали только после слов:

«Тихо-тихо убежим».

Заключительная часть.

Подвижная игра «Шалтай-болтай».

Январь 3-4-я недели

Задачи. Совершенствовать ходьбу, бег в разных направлениях. Закреплять умение ползать на четвереньках в разном темпе, прыгать с продвижением вперед в разных направлениях. Вызывать чувство удовольствия от совместных действий со взрослым и сверстниками, воспитывать доброжелательность.

Пособия. Палочка с привязанными к ней лентами, узкая дорожка, мячи средних размеров (по количеству детей).

Вводная часть. _____ «Догони меня».

Основная часть.

1. Подвижная игра «Кошка и цыплята».

2. Подвижная игра «Волшебная палочка».

3. Подвижная игра «Медведь и добрые зайчата».

Заключительная часть.

«Пузырь».

Подвижные игры повторяются от 2 до 4 раз в зависимости от состояния детей, их активности, а также от группы здоровья.

На третьей неделе воспитатель может заменить подвижные игры на аналогичные, незнакомые детям.

Февраль 1-2-я недели

Задачи. Упражнять в ходьбе и беге в разных условиях (мягкая, твердая поверхность). Учить прыгать в высоту с места, ползать по мягкой поверхности. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность. Закреплять представление о твердых, мягких предметах. Активизировать словарь детей.

Пособия. Стойки с веревкой и колокольчиками или погремушками, дорожки твердая и мягкая (длина 2,5-3 м, ширина 25-30 см).

Вводная часть. _____

Ходьба обычная, бег по мягкой, твердой дорожкам.

Дорожки раскладываются друг за другом. Дети рассматривают их, трогают руками. Воспитатель называет: «Твердая дорожка, мягкая дорожка».

Затем предлагает сначала пройти по дорожкам, а затем пробежать. Можно спросить малышей, по какой дорожке им больше понравилось ходить,

бегать.

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения.

Комплекс «Деревья»:

1) и. п.: ноги слегка расставлены, руки опущены вдоль туловища. Поднять руки вверх - «большие деревья», посмотреть на руки, чуть подняв голову, и вернуться в исходное положение. Повторить 4-5 раз;

2) и. п.: то же. Присесть - «маленькие деревья» и встать. Повторить 4-5 раз;

в) и. п.: то же. Наклонить туловище сначала в одну сторону, затем в другую - «подул ветер, деревья закачались». Повторить по 3 раза в каждую сторону;

3) и. п.: то же. Наклониться вперед и произнести «ш-ш-ш» - «деревья шумят на ветру». Повторить 4 раза.

4) Повторить первое упражнение.

2. Ползание по твердой и мягкой дорожкам. Воспитатель уточняет с детьми качество дорожки. Ребята называют и показывают твердую дорожку, мягкую дорожку. Затем педагог раскладывает дорожки в разных местах группы или зала. По словесной инструкции «Ползем по мягкой дорожке» дети выбирают мягкую дорожку и ползут по ней. Повторить 3-4 раза.

3. «Достань колокольчик».

Воспитатель ставит две стойки с натянутой на них веревкой на 15-20 см выше вытянутой руки ребенка. К веревке подвешиваются колокольчики по количеству детей. Взрослый предлагает подпрыгнуть и позвонить в колокольчик. Обращает внимание ребят на то, что при прыжке ноги надо слегка согнуть в коленях, сильно оттолкнуться двумя ногами и мягко приземлиться. Показывает движение.

4. Подвижная игра «Найди свой домик».

Заключительная часть.

Подвижная игра «Зернышко». Говорю: «Посадили зернышко в землю» - дети садятся на пол, обхватывают колени руками. Продолжаю: «Полил дождь, а потом снова засветило солнце. Стали зернышки прорастать, появились росточки», - дети широко позевают, медленно потягиваются, поднимая ручки-росточки вверх и поворачиваются к солнышку.

Февраль 3-4-я недели

Задачи. Учить двигаться, сохраняя направление. Выполнять действия в разных условиях. Развивать внимание, умение действовать в коллективе. Закреплять представления о цвете, форме предмета. Вызывать чувство радости от общения со взрослым и сверстниками.

Пособия. Нагрудные эмблемы с изображением машин (по числу играющих), дорожки разного типа, круги, квадраты, треугольники из картона (гаражи). Вводная часть.

Подвижная игра «Автомобили». Дети изображают автомобили и встают за обозначенной чертой. Это гараж. По сигналу взрослого автомобили выезжают из гаража и едут по дороге, соблюдая элементарные правила (ехать в одном направлении, не наталкиваясь друг на друга). По сигналу взрослого «Автомобили, в гараж!» - ребята меняют направление и едут в гараж.

Основная часть.

1) Подвижная игра «Все захлопали в ладоши».

Все захлопали в ладошки,

Дружно, веселее,

Ножки, ножки застучали

Громче и быстрее (Стоят в кругу или стайкой, хлопают в ладоши, топают ножками)

По коленочкам ударим,

Тише, тише, тише

Ручки, ручки поднимаем

Выше, выше, выше! (Хлопают по коленкам, поднимают медленно руки вверх)

Завертелись наши ручки,

Снова опустились,

Покружились, покружились и остановились (Поворачивают руки, то вправо, то влево, опускают их вниз)

2) «Зайчики в домике» Обручи лежат на полу. Это домик зайчиков. Зайчики прыгают по комнате, бегают. На слова взрослого: «Серый волк!» - бегут к обручам и впрыгивают в них. Затем игра продолжается. В игре могут участвовать один или несколько детей. Воспитатель подбадривает: «Вот какой зайчик сильный, хорошо оттолкнулся и прыгнул прямо в домик». 3-4 р

3) Подвижная игра «Пчелки». Дети изображают пчёл, они бегают по комнате, размахивая крыльями, жужжат: «Ж – ж – ж». Появляется медведь (помощник воспитателя). Воспитатель – пчела говорит: «Мишка – медведь идёт, мёд у пчёлки унесёт, пчёлки, домой!» Пчёлки летят в улей. Медведь, переваливаясь с ноги на ногу идёт туда же. Пчёлки и взрослый говорят: « Этот – улей домик наш уходи медведь от нас, Ж-ж-ж-ж!» Пчёлки машут крыльями, жужжат, прогоняя медведя. Медведь уходит, а пчёлки опять вылетают на поляну. Они могут в конце игры угостить медведя мёдом. Повторить 2-3 раза.

Заключительная часть. Мишка уснул, пчелки медленно улетают, чтобы его не разбудить. Дети изображают автомобили и встают за обозначенной чертой.

Март 1-2-я недели

Задачи. Совершенствовать ходьбу и бег. Упражнять в ползании по скамейке, в бросании мяча вдаль двумя руками способом из-за головы. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать ловкость, смелость, самостоятельность.

Пособия. Гимнастическая скамейка, обручи и мячи (по количеству детей).

Вводная часть.

Ходьба обычным шагом друг за другом, ходьба между обручами, расположенными в шахматном порядке (6-8 шт.). Бег между обручами (20-30 с). Воспитатель следит за тем, чтобы дети аккуратно обходили обручи, не задевали их. По сигналу взрослого малыши переходят на бег (сигналом, с которым воспитатель заранее знакомит детей, может быть удар в бубен, звон колокольчика, музыка и т. п.).

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения.

«Паровозик»:

а) и. п.: ноги слегка расставлены, руки согнуты в локтях на высоте груди, пальцы сжаты в кулаки. Дети, подражая взрослому, кругообразными движениями вытягивают одновременно обе руки вперед, сгибая их в локтях и произнося: «Чу-чу-чу», затем опускают руки вдоль туловища.

Повторить 4-5 раз;

б) приседание с постукиванием кулачками по коленям и выпрямление- «Паровозик сломался, починим колеса, постучим молоточком: тук-тук-тук». Повторить 2 раза;

в) сгибание и разгибание рук перед грудью с ускоренной ходьбой.

Воспитатель говорит: «Паровозик пыхтит: «Пых-чу», дает гудок и трогается. Дети вытягивают руки вперед, произносят: «Пых» и отводят их назад, произнося: «Чу». Затем – поворачивают в круг друг за другом и двигаются по кругу, постепенно набирая скорость и переходя на бег (10-12 с).

Паровозик замедляет ход и останавливается.

2. Ползание по скамейке.

3. Перебрасывание мячей через скамейку и бег за ними.

Во время ползания по скамейке. Слежу за тем, чтобы дети не опускали голову, страхует их, подбадривает тех, кто боится. Слежу также за тем, чтобы дети сходили со скамейки, а не спрыгивали (повторить 2-3 раза). Дети берут мячи и корзины, встают на расстоянии 1,5 м от скамейки и перебрасывают мячи способом «из-за головы» двумя руками, затем бегут за ними, огибая скамейку или подползая под нее. Повторить 3-4 раза.

4. Подвижная игра «По кочкам». Повторить 3-4 раза.

Заключительная часть.

Подвижная игра «Шарик». Дети представляют себя воздушными шариками. Они постепенно надуваются воздухом, постепенно поднимая руки вверх

и надувая щеки. Но вот шарик лопнул. Дети медленно расслабляются и потихоньку опускаются на пол, произнося: «Ш-ш-ш». Повторить 3-4 раза.

Март 3-4 недели

«Веселые клубочки» (сюжетное занятие)

Задачи. Совершенствовать умение детей ходить, ползать, прыгать в разных условиях. Упражнять в действиях с клубочками (бросании об пол, вверх, вдаль).

Пособия. Дорожки: узкая, мягкая, извилистая; игрушки крупные:

лиса, заяц, волк или по выбору воспитателя; клубочки разноцветные из мягких ниток диаметром 8—10 см (по количеству детей).

Содержание занятия

Воспитатель рассказывает детям, что она сшила им много разноцветных клубочков и положила их в корзину. Клубочки очень веселые, любят прыгать, кататься, вот и укатились куда-то. Показывает малышам пустую корзину и просит помочь найти клубочки. Дети охотно соглашаются. Воспитатель заранее размещает в разных местах зала волка, лису, зайца, к которому ведет извилистая дорожка, узкая дорожка, мягкая дорожка. Предлагает ребятам сначала пойти к волку и узнать, не видел ли он веселых клубочков. Дети идут по узкой дорожке, подходят к волку, здороваются: «Здравствуй, серый волк, не видел ли ты веселых клубочков. Мы их ищем». Волк отвечает, что видел, как они покатались в сторону, где живет лиса. Малыши ищут лису и видят, что к ней ведет мягкая дорожка. Воспитатель говорит: «Чтобы попасть к лисе, надо проползти по мягкой дорожке». Дети ползут. Спрашивают лису, не видела ли она веселые клубочки. Лиса говорит, что они покатались к зайцу. Но к нему можно попасть, только проскакав по извилистой дорожке. Ребята скачут, подходят к зайцу, здороваются. Заяц отвечает, что он видел веселые клубочки и поиграл с ними, но вот беда, они куда-то спрятались. Заяц предлагает детям поискать их. Малыши ищут и находят клубочки за ширмой. Воспитатель предлагает им взять по клубочку и поиграть, кто как хочет. Дети бросают их, бегают за ними. Взрослый подсказывает, что их можно бросать вниз об пол, вверх и ловить, а можно катать или бросать друг другу. Рядом расположены ворота, дорожка, кегли, корзина. Малыши сами могут выбрать пособие, чтобы поиграть с клубочками. Затем воспитатель говорит, что клубочки устали, их надо уложить отдыхать в корзину.

Апрель 1-2-я недели

Задачи. Совершенствовать ходьбу и бег. Закреплять умение соразмерять высоту шага с высотой препятствия, ходить по скамейке, подлезать под скамейку. Развивать равновесие, ловкость, самостоятельность.

Пособия. Гимнастическая скамейка, предметы для перешагивания высотой 20-25 см, две корзины, кубики (по количеству детей).

Вводная часть.

Ходьба обычным шагом друг за другом, ходьба с перешагиванием через предметы, расположенные на расстоянии 25 см друг от друга (5-6

предметов). Воспитатель следит за тем, чтобы дети высоко поднимали ноги, не задевали предметы, держали прямо спину.

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения.

Комплекс с кубиками:

а) «покажи кубик». И. п.: ноги слегка расставлены, руки с кубиком за спиной. Вытянуть руки вперед, сказать: «Вот кубик», спрятать его за спину.

Голову не опускать. Повторить 4 раза;

б) «покажем кубик друг другу». И. п.: ноги врозь, руки с кубиком у пояса. Повернуться в сторону, показать кубик соседу. Затем повернуться в другую сторону. Повторить по 3 раза в каждую сторону;

в) «нет кубика». И. п.: сидя, ноги в стороны. Руки с кубиком прижать к животу, сказать: «Нет кубика». Повторить 4 раза;

г) «попрыгаем с кубиком». И. п.: стоя, ноги слегка расставлены. Подпрыгнуть на месте 6—8 раз.

2. Ходьба по гимнастической скамейке.

Дети выполняют движение самостоятельно. Страхую их, напоминая, что надо смотреть вперед, голову держать прямо, сходить со скамейки, а не спрыгивать. Нуждающимся детям в помощи помогаю. Повторить 2-3 раза:

3. Ползание и подлезание под гимнастическую скамейку.

Необходимо заранее определить, от какой границы дети будут ползти.

Объяснить, что надо взять из корзины кубик, доползти до скамейки, подползти под нее, выпрямиться и положить кубик в корзину, расположенную на уровне вытянутой вверх руки ребенка. Повторить 2-3 раза.

4. Подвижная игра «Гуси». Дети изображают гусей, располагаясь в одном конце зала, в другом стоит взрослый. – Гуси, гуси! – Га-га-га. – Есть хотите? – да-да-да! – Летите домой! Дети-гуси летят к взрослому, размахивая крыльями, шипя: «Ш-ш-ш». Затем взрослый говорит: «Кш! бегите в поле!». Гуси убегают в свое место. Повторить 3-4 раза.

Заключительная часть.

Подвижная игра «Зернышко». Говорю: «Посадили зернышко в землю» - дети садятся на пол, обхватывают колени руками. Продолжаю: «Полил дождь, а потом снова засветило солнце. Стали зернышки прорастать, появились росточки», - дети широко позевают, медленно потягиваются, поднимая ручки-росточки вверх и поворачиваются к солнышку. Повторить 3 раза.

Апрель 3-4-я недели

Задачи. Совершенствовать ходьбу и бег с остановкой на сигнал. Закреплять умение ходить на носочках, прыгать в длину с места, бросать мяч через сетку одной рукой способом «от плеча». Воспитывать внимание, ловкость.

Пособия. Стойки (2 шт.) с натянутой на них сеткой, мячи небольших размеров и погремушки (по количеству детей), дорожка (ширина 25-30 см), круги, квадраты, треугольники из картона (по количеству детей).

Вводная часть.

Ходьба обычная друг за другом, ходьба на носочках. Бег с остановкой на сигнал. Дети идут по залу друг за другом. Воспитатель следит за их осанкой. На слова взрослого: «Покажем, какие мы выросли большие» - малыши поднимаются на носочки (руки держат произвольно или на поясе).

Идут 1,5-2 м и по сигналу переходят на обычную ходьбу. Затем бегают по залу и на сигнал (звон колокольчика), останавливаются. Длительность бега 15 с. Повторить 2—3 раза.

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения.

Комплекс с флажками

- 1) и. п.: ноги слегка расставлены. Поднять флажки, посмотреть на них, опустить «Вот какие у нас красивые флажки». Повторить 4-5 раз;
- 2) и. п.: лежа на спине. Положить флажки за голову, опустить руки, взять флажки. Повторить 4 раза;
- 3) и. п.: лежа на спине. Поднять колени к груди, постучать флажками по коленям, сказать: «Тук-тук». Повторить 4 раза;
- 4) и. п.: стоя, ноги слегка расставлены. Присесть, постучать флажками об пол, сказать: «Тук-тук». Встать. Повторить 3-4 раза.

2. Прыжки в длину с места.

Раскладываю дорожку и предлагаю детям перепрыгнуть через ручеек. Малыши встают с одной стороны дорожки и по сигналу воспитателя перепрыгивают через нее. Педагог напоминает им, что надо согнуть ноги в коленях, сильно оттолкнуться и мягко приземлиться на обе ноги. Затем дети прыгают в другую сторону. Повторить 4 раза.

3. Бросание мяча через сетку одной рукой способом «от плеча». Дети встают за обозначенную черту (расстояние до сетки 1,5 м) и бросают мяч сначала одной рукой, затем другой. Показываю способ броска. Повторить 3 раза каждой рукой.

4. Подвижная игра «Кошка и цыплята». На полянку выходит курочка-хохлатка, с нею желтые цыплятки. На скамейке дремлет кошка. Цыплята разбегаются по полянке, машут крылышками, клюют зернышки, взбираются на жердочки (высотой 10 см). Курочка квохчет «Ко-ко, не ходите далеко» на эти слова цыплята настораживаются, смотрят по сторонам. А курочка медленно продолжает: «на скамейке у окошка улеглась и дремлет кошка. Кошка глазки открывает и цыпленок догоняет». На последние слова цыплята убегают от кошки, а кошка пытается их догнать. Роли можно поручить активным детям. Можно обозначить домики, разнообразные по форме и цвету, которые цыплята должны запомнить и, убегая от кошки, найти именно свой домик. Повторить 3-4 раза.

Заключительная часть.

Спокойная ходьба («Кошка уснула»): цыплята идут тихо-тихо, чтобы не разбудить кошку.

Усложнение. Начиная с третьей недели следует включить:

1. Прыжки в длину парами, держась за руки.
2. Бросание вдаль. Мячи заменить на мешочки с песком (вес 150 г). Для детей старшей подгруппы увеличить на 0,5 м. расстояние для броска

Май 1-2-я недели

Задачи. Закрепить умение ходить и бегать в разном темпе, бросать в горизонтальную цель, прыгать. Развивать ловкость, глазомер, внимание. Воспитывать интерес к выполняемым действиям.

Пособия. Обручи, мешочки с песком (на каждого ребенка два мешочка), крупные игрушки (по количеству детей).

Вводная часть.

Ходьба, бег в разном темпе.

Дети идут в колонне по одному. Иду впереди и задаю темп. На слова: «Идем медленно-медленно» - замедляю шаги, на слова: «Идем быстрее-быстрее, побежали» - ускоряю темп ходьбы и перехожу на бег. Малыши подражают взрослому. Затем дети действуют по моему слову, слежу за тем, чтобы они слушали сигнал и своевременно переходили на бег. Повторить 3 раза.

Основная часть.

1. Общеразвивающие упражнения.

Комплекс с мешочками.

а) и. п.: стоя, мешочки в опущенных руках.

«Мы мешочки поднимаем: раз, два, три, раз, два, три». Поднимают руки с мешочками вверх и опускают (4-5 раз).

б) и. п.: стоя, ноги узкой дорожкой.

«Будем все мы приседать и мешочки рядом класть». Приседают, кладут мешочки, встают (4 раза).

в) и. п.: лежа на спине, руки с мешочками вдоль туловища.

«По коленям постучали: Тук, тук, тук, тук». Сгибают ноги в коленях и стучат по ним мешочками.

г) Пскоки на месте.

«Прыгать, прыгать высоко, Прыгать на носках легко». Прыгают на месте (3 раза по 6 пскоков).

2. Бросание мешочков в горизонтальную цель.

Раскладываю обручи на одной линии на расстоянии

25-30 см друг от друга. Детей ставлю напротив на расстоянии 1,5 м от обручей. По сигналу ребята бросают мешочки способом снизу правой и левой рукой (3-4 раза). Слежу за тем, чтобы малыши прицеливались, не выходя за черту.

3. Прыжки в обруч и из обруча.

Дети встают рядом с обручем и по сигналу прыгают в обруч и обратно.

4. Подвижная игра «Остановись возле игрушки».

Дети бегают по залу, обходя игрушки. Как только прозвучит сигнал, например удар в бубен, они останавливаются возле игрушки. Если ребенок не успел, воспитатель говорит: «Саша, Саша, торопись, у игрушки становись!» Взрослый побуждает детей бегать между игрушками в разные стороны. Игрушки расставляются на расстоянии 60 см друг от друга.

Повторить 3 раза.

Заключительная часть.

Подвижная игра «Шарик». Дети представляют себя воздушными шариками. Они постепенно надуваются воздухом, постепенно поднимая руки вверх и надувая щеки. Но вот шарик лопнул. Дети медленно расслабляются и потихоньку опускаются на пол, произнося: «Ш-ш-ш». Повторить 3 раза.
Усложнение. На четвертом занятии можно впрыгивать в 3-4 обруча; для броска взять тряпичные мячики или клубочки, предложить бросить их в круги и квадраты

Май 3-4-я недели

Задачи. Учить замедлять и ускорять движения по сигналу. Упражнять в подпрыгивании на месте. Развивать ориентировку в пространстве, ловкость, глазомер. Закреплять знание цвета. Воспитывать интерес к занятию.

Пособия. Стойки, ленты 2—3 цветов (по 2—3 на каждого ребенка). Ленты можно вырезать из бумаги.

Вводная часть.

1. Подвижная игра «Пошли-пошли-поехали»

Задачи. Упражнять в ходьбе в колонне по одному, в беге со сменой направления. Учить действовать в коллективе, слушать сигнал взрослого, ориентироваться в пространстве. Вызывать интерес к игре и совместным действиям.

Содержание игры. Дети встают друг за другом в колонну, взрослый впереди. На слова воспитателя: «Пошли-пошли» дети идут обычным шагом. На слова: «Поехали-поехали» - бегут в медленном темпе, который задает взрослый. По сигналу «Пошли-пошли» дети опять идут. Взрослый меняет направление движения, сопровождая действия словами, указывающими направление, Игра повторяется 3—4 раза.

2. Подвижная игра «Ножки топ-топ»

Задачи. Учить совместным действиям. Вызывать удовольствие от них. *Содержание игры.* Дети стоят в кругу, воспитатель в центре. Он говорит слова: «Ножки-ножки, топ-топ», малыши топают ногами, стоя на месте. Затем со словами: «Ох—ох!» — приседают (4—5 раз). Взрослый говорит: «Ручки-ручки, хлоп-хлоп!» — дети хлопают в ладоши, затем идут по кругу.

Повторить 3 раза.

Основная часть.

1. Подвижная игра «Сними ленточку»

Задачи. Упражнять в умении подпрыгивать в высоту на месте. Развивать ловкость. Вызывать чувство удовольствия от выполненного действия. Учить действовать по сигналу.

Материал. Стойка с натянутой веревкой. Ленточки (количество их должно быть больше, чем участников игры).

Содержание игры. Взрослый развешивает ленты на веревку, натянутую на стойки выше роста ребенка с поднятой вверх рукой на 10—15 см. Один конец их должен быть длиннее. По сигналу взрослого «Прыг-скок» дети подпрыгивают и снимают ленту. Взрослый поощряет детей. Если дети не справляются, взрослый может помочь им, опустив ленту ниже. Игру повторить 3—4 раза.

2. Подвижная игра «Остановись возле игрушки»

Задачи. Упражнять в беге. Развивать внимание, ловкость.

Материал. Игрушки крупные (по количеству детей).

Содержание игры. Дети бегают по залу, обходя игрушки. Как только прозвучит сигнал, например удар в бубен, они останавливаются возле игрушки. Если ребенок не успел, воспитатель говорит: «Саша, Саша, торопись, у игрушки становись!» Взрослый побуждает детей бегать между

игрушками в разные стороны. Игрушки расставляются на расстоянии 60 см друг от друга.

Заключительная часть.

Подвижная игра «Угадай, где спрятано».

Задачи. Совершенствовать ходьбу в разных направлениях. Развивать внимание, выдержку.

Материал. Четыре крупные игрушки.

Содержание игры. Воспитатель показывает детям четыре крупные игрушки. Они рассматривают их, запоминают. Затем взрослый предлагает малышам отвернуться, а сам одну игрушку прячет. Дети вспоминают, какой игрушки не стало. Ходят по залу, ищут ее. Ребенок, нашедший игрушку, должен подойти к воспитателю и тихо сказать, где она спрятана. Взрослый поощряет детей. Игра повторяется 2-3 раза.

Варианты Если дети хорошо справляются с заданием, то число игрушек можно увеличить. Воспитатель берет, например, матрешки: две большие и две маленькие. Ребята должны назвать, какую матрешку, маленькую или большую, взрослый спрятал.

а) Основные задачи реализации образовательной области «Физическая культура»

1 младшая группа

2.1. Задачи:

- 1) Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
- 2) Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления движения во время ходьбы и бега в соответствии с указаниями педагога.
- 3) Развивать движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной активности.
- 4) Закреплять навыки ползания, лазанья, разнообразные действия с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).
- 5) Развивать умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.
- 6) Воспитывать желание выполнять физические упражнения на прогулке.
- 7) Развивать стремление играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание).

8) Формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята и т.п.).

б) Возрастные особенности детей с 2 до 3 лет

(первая младшая группа):

На третьем году жизни продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно – деловое общение ребенка и взрослого; совершенствуется восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно – действенное мышление.

Развиваются соотносительные и орудийные действия. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослым модели, которая выступает в качестве не только объекта для подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка.

В ходе совместной со взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации.

Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.

Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре со взрослыми используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1000-1500 слов.

К концу третьего года речь становится средством общения ребенка со сверстниками. В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование.

Игра носит процессуальный характер, главное в ней – действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни появляются действия с предметами – заместителями.

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой – либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» - окружности и отходящих от нее линий.

Совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2-3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь.

Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам жизни дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления становится наглядно – действенное. Его особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого.

У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослыми и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

**в) Содержание педагогической работы
по освоению образовательной области «Физическая культура»
Первая младшая группа**

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

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

**Развитие физических качеств,
накопление и обогащение двигательного опыта**

Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Развивать движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной активности.

Закреплять навыки ползания, лазанья, разнообразные действия с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).

Развивать умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Воспитывать желание выполнять физические упражнения на прогулке.

Развивать стремление играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание). Формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Основные движения

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

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

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

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

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

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

Общеразвивающие упражнения

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

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

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

Подвижные игры

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

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

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

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

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

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

г)Формы работы по реализации основных задач по видам физической деятельности

Задачи: развитие физических качеств(скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация;

накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Первая младшая группа

Разделы (задачи, блоки)	Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей

<p>1.Основные движения:</p> <p>-ходьба; бег; катание, бросание, метание; ползание, лазание; упражнения в равновесии.</p>	<p>Утренний отрезок времени</p> <p>Индивидуальная работа воспитателя - игровые упражнения</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <p>-традиционная</p> <p>-сюжетно-игровая</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна</p>	<p>Занятия по физическому воспитанию:</p> <p>-традиционные</p> <p>- сюжетно-игровые</p> <p>- тематические</p>	<p>Игра</p> <p>Игровое упражнение</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игра</p> <p>Игровое упражнение</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игровое упражнение</p> <p>Игра</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые занятия</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p>
--	--	---	--	---

<p>2.Общеразвивающие упражнения</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>День здоровья</p>	<p>Физкультурные упражнения</p> <p>Коррекционные упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Игра</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <p>-сюжетный комплекс</p> <p>-подражательный комплекс</p> <p>- комплекс с предметами</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию:</p> <p>-сюжетный комплекс</p> <p>-подражательный комплекс</p> <p>- комплекс с предметами</p>	<p>Игровые упражнения</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа , консультация</p> <p>Открытые занятия</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p>
---	--	---	--	--

<p>3.Подвижные игры</p>	<p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна</p> <p>Физкультурные упражнения</p> <p>Коррекционные упражнения</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>движения</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>движения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Подвижная игра большой и</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p>	<p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые просмотры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Мастер-класс</p>
--------------------------------	--	---	---	---

<p>4. Активный отдых</p>	<p>малой подвижности</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p>			
---------------------------------	--	--	--	--

2 МЛАДШАЯ ГРУППА(3-4лет)

2.2 РАЗВЕРНУТОЕ КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)

2-Я МЛАДШАЯ ГРУППА

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы* :

- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;
- умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя;

- сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
- может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;
- энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;
- может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м

Ме- сяц	Тема и цели занятия 1-й недели	Тема и цели занятия 2-й недели	Тема и цели занятия 3-й недели	Тема и цели занятия 4-й недели	Виды интеграции образовательных областей	
1	2	3	4	5	6	
Сент ябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч двумя руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками					
	Тема	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	<i>Физическая культура:</i> развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному; энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение энергично отталкивать мячи двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой». <i>Здоровье:</i> создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений.
	Цели	П р и у ч а т ь д е т е й х о д и т ь и б е г а т ь н е б о л ь ш и м и г р у п п а м и з а в о с п и т а т е л е м . У ч и т ь х о д и т ь м е ж д у д в у м я л и н и я м и , с о х р а н я я р а в н о в е с и е . <i>Подвижная игра</i> «Бегите ко мне»	У ч и т ь : – х о д и т ь и б е г а т ь в с е й г р у п п о й в п р я м о м н а п р а в л е н и и з а в о с п и т а т е л е м ; – п о д п р ы г и в а т ь н а д в у х н о г а х н а м е с т е . <i>Подвижная игра</i> «Догони меня»	О з н а к о м и т ь д е т е й с х о д ь б о й и б е г о м в к о л о н н е н е б о л ь ш и м и г р у п п а м и . У ч и т ь э н е р г и ч н о о т т а л к и в а т ь м я ч д в у м я р у к а м и . <i>Подвижная игра</i> «Мой веселый, звонкий мяч»,	Д и а г н о с т и к а	

1	2	3	4	5	6
Сент			<i>малоподвижные</i>		<i>Социализация:</i> способствовать участию

ябрь				игры «Найди мяч», «Надуй мяч»		детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <i>Безопасность:</i> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль. <i>Коммуникация:</i> помогать детям доброжелательно общаться друг с другом
------	--	--	--	-------------------------------	--	---

Ок-тябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду					
	Тема	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	<i>Физическая культура:</i> развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки лазанья, ползания, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании.
	Цели	У ч и т ь : – ходить и бегать по кругу; – сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. У п р а ж н я т ь в подпрыгива-	У ч и т ь : – во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; – при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги.	У ч и т ь : – останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; – подлезать под шнур. У п р а ж н я т ь в равновесии при ходьбе	З а к р е п л я т ь умение ходить и бегать по кругу. У ч и т ь энергичному отталкиванию мяча при прокатывании друг другу. У п р а ж н я т ь в ползании	

1	2	3	4	5	6
Ок-тябрь	нии на двух ногах на месте. <i>Подвижная игра</i> «Поезд», <i>малоподвижная игра</i> «Угадай, кто	У п р а ж н я т ь в прокатывании мячей. <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору»	по уменьшенной площади. <i>Подвижная игра</i> «Бежать к флажку», <i>малоподвижная</i>	на четвереньках. <i>Подвижная игра</i> «Мыши в кладовой»	<i>Здоровье:</i> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей. <i>Социализация:</i> развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика.

		кричит?»		игра «Угадай, чей голосок?»		<i>Безопасность:</i> учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила
Ноябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков					
	Тема	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	<i>Физическая культура:</i> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем. <i>Здоровье:</i> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.
	Цели	У п р а ж н я т ь в х о д ь б е и б е г е . У ч и т ь : – сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; – мягко приземляться в прыжках.	У п р а ж н я т ь : – в ходьбе колонной по одному; – прыжках из обруча в обруч. У ч и т ь приземляться на полусогнутые ноги. У п р а ж н я т ь в п р о к а т ы в а н и и	У п р а ж н я т ь : – в ходьбе колонной по одному; – ловить мяч, брошенный воспитателем, и бросать его назад; – ползать на четвереньках	З а к р е п л я т ь у м е н и е п о д л е з а т ь п о д д у г у н а ч е т в е р е н ь к а х . У п р а ж н я т ь : – в ходьбе по уменьшенной площади. <i>Подвижная игра</i> «Найди свой	
1	2	3	4	5	6	
Ноябрь		<i>Подвижная игра</i> «Мыши в кладовой», <i>малоподвижная игра</i> «Где спрятался мышонок?»	мяча. <i>Подвижная игра</i> «Трамвай»		домик»	<i>Социализация:</i> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <i>Коммуникация:</i> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом
Декабрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и o б p a з o в a t e л ь н ы х o b л a c t e й): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя,					

сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре					
Тема	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	<i>Физическая культура:</i> упражнять в ходьбе и беге по кругу, врассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие. <i>Здоровье:</i> дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. <i>Социализация:</i> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожа-
Цели	Учить: – ходить и бегать врассыпную, используя всю площадь зала; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. Упражнять в приземлении	Учить: – ходить и бегать по кругу; – мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча. <i>Подвижная игра</i> «Поезд»	Учить: – ходить и бегать врассыпную; – катать мяч друг другу, выдерживая направление; – подползать под дугу. <i>Подвижная игра</i> «Птички и птенчики»	Учить: – ходить и бегать по кругу; – подлезать под шнур, не касаясь руками; – сохранять равновесие при ходьбе по доске. <i>Подвижная игра</i> «Воробышки и кот», <i>малопод-</i>	

1	2	3	4	5	6
Декабрь	на полусогнутые ноги. <i>Подвижная игра</i> «Наседка и цыплята», <i>малоподвижная игра</i> «Лошадки»			<i>вижная игра</i> «Каравай»	леть сверстника, обнять его, помочь. <i>Безопасность:</i> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду. <i>Коммуникация:</i> развивать диалогическую форму речи
Январь	Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой				
	Тема	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8
Цели	Познакомить: – с	Учить: – ходить и бегать	Упражнять: – в ходьбе пара-	Упражнять: – в ходьбе и беге	

		перестроением и ходьбой парами; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске. У п р а ж н я т ь в прыжках, продвигаясь вперед. <i>Подвижная игра «Кролики»</i>	врассыпную при прыгивании; – мягкому приземлению на полусогнутые ноги; – прокатывать мяч вокруг предмета. <i>Подвижные игры «Трамвай»,</i>	ми и беге врассыпную; – прокатывать мяч друг другу; – подлезать под дугу, не касаясь руками пола. <i>Подвижная игра «Найди свой цвет»</i>	с остановкой на сигнал воспитателя; – подлезать под шнур, не касаясь руками пола. Ф о р м и р о в а т ь правильную осанку при ходьбе по доске.	закреплять умение ползать, подлезать под препятствие, катать мяч. <i>Здоровье:</i> осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. <i>Социализация:</i> поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами, развивающие ловкость движений.
--	--	---	---	--	---	---

1	2	3	4	5	6	
Ян-варь		«Мой веселый, звонкий мяч», «Угадай, кто кричит?»		<i>Подвижная игра «Мыши в кладовой»</i>	<i>Безопасность:</i> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль. <i>Коммуникация:</i> развивать инициативную речь детей во взаимодействиях со взрослыми и сверстниками	
Февраль	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e и н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й): сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу					
	Тема	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	<i>Физическая культура:</i> развивать навыки ходьбы и бега врассыпную, колонной по одному, с выполнением заданий, перешагиванием через предметы; навыки лазанья и ползания; развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках, развивать
	Цели	У п р а ж н я т ь: – в ходьбе и беге врассыпную; – прыжках из обруча в обруч. У ч и т ь ходить	У п р а ж н я т ь: – в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания;	У п р а ж н я т ь: – в ходьбе переменным шагом через шнуры; – беге врас-	У п р а ж н я т ь: – в ходьбе колонной по одному, выполняя задания;	

		переменными шагами через шнур. <i>Подвижная игра</i> «Птички в гнездышке»	– прокатывании мяча друг другу. У ч и т ь приземляться на полусогнутые ноги при прыжках.	сыпную; – бросать мяч через шнур; – подлезать под шнуром, не касаясь руками пола.	– беге врассыпную; – пролезать в обруч, не касаясь руками пола; – сохранять равновесие при	ловкость, выразительность и красоту движений. <i>Здоровье:</i> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей. <i>Социализация:</i> развивать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила, поощ-
--	--	--	---	---	--	--

1	2	3	4	5	6
Февраль		<i>Подвижная игра</i> «Воробышки и кот»	<i>Подвижная игра</i> «Найди свой цвет», <i>малоподвижная игра</i> «Угадай, кто кричит?»	ходьбе по доске. <i>Подвижная игра</i> «Кролики»	рять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <i>Коммуникация:</i> формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e и н т e g p a ц и и o б p a з o в a т e л ь н ы х o б л a c т e й): у м e e т б e г a т ь, c o x p a н я я р a в н o в e c и e, и з м e н я я н a п p a в л e н и e, т e м п б e г a в c o o т в e т c т в и и c y k a з a н и я м и в o c п и т a т e л я, м o ж e т п o л з a т ь н a ч e т в e р e н ь к a x, л a z a т ь п o л e c e н k e - c t p e м я н k e п p o и z в o л ь н ы м c п o c o б o м, э н e p г и ч н o o т т a л k и в a e т c я в п p ы ж k a x н a д в y x н o г a x, п p ы г a e т в д л и н y, м o ж e т к a т a т ь м я ч, y д a p a т ь м я ч o м o б п o л и л o в и т ь; п p o я в л я e т п o л o ж и т e л ь н ы e в c a м o c т o я т e л ь н o й д в и г a т e л ь н o й д e я т e л ь н o c т и, и м e e т э л e м e н т a p н ы e п p e д c т a в л e н и я o ц e н н o c т и з d o p o в ь я, y м e e т д e й c t в o в a т ь c o в м e c т н o в п o d в и ж н ы x и г p a x и ф и з и ч e c k и x y п p a ж н e н и я x, c o г л a c o в ы в a т ь д в и ж e н и я						
Март	Тема	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	<i>Физическая культура:</i> развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с продвижением вперед, принимать правильное исходное положение в прыжках в длину, обучать хвату за перекладину во время лазанья, упражнять в ходьбе и беге парами, по кругу, врассыпную, по доске, с перешагиванием через предметы. <i>Здоровье:</i> осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки,
	Цели	У ч и т ь : – ходить и бегать по кругу; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади; – мягко	У п p a ж н я т ь в х o д ь б e и б e г e п a p a м и и б e г e в p a c c ы п н y ю . П o з н a к o м и т ь c п p ы ж k a м и в д л и н y c м e c т a . У ч и т ь п p o k a т ы в a т ь м я ч	У п p a ж н я т ь : – в х o д ь б e и б e г e п o k p y г y ; – п o л з a н и и п o c k a м e й k e н a л a d o н я x и k o л e н я x . У ч и т ь б p o c a т ь м я ч o з e м л ю и л o в и т ь д в y м я	У п p a ж н я т ь : – в х o д ь б e п a p a м и ; – б e г e в p a c c ы п н y ю ; – х o д ь б e c п e p e c a г и в a н и e м ч e p e z б p y c o k . У ч и т ь п p a в и л ь н o м y	

		приземляться в прыжках с продвижением вперед	между предметами	руками	хвату руками за рейки при ползании	формировать желание вести здоровый образ жизни.
--	--	--	------------------	--------	------------------------------------	---

1	2	3	4	5	6	
Март				по гимнастической скамейке	<p><i>Социализация:</i> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, формировать первичные гендерные представления.</p> <p><i>Коммуникация:</i> формировать потребность делиться своими впечатлениями с воспитателями и родителями</p>	
Апрель	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству</p>					
	Тема	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	<p><i>Физическая культура:</i> формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии; развивать умение правильно приземляться в прыжках; закреплять умение энергично отталкивать мячи при бросании, ловить мяч двумя руками одновременно; закреплять умение ползать.</p> <p><i>Здоровье:</i> формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.</p> <p><i>Социализация:</i> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой</p>
	Цели	<p>У п р а ж н я т ь : – в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; – в прыжках в длину с места. <i>Подвижная игра</i> «Курочка-хох-</p>	<p>У п р а ж н я т ь : – ходить колонной по одному; – бегать врассыпную; – в прыжках с места. П р о д о л ж а т ь у ч и т ь приземляться одновременно на обе ноги, упражнять в бросании</p>	<p>У п р а ж н я т ь : – ходить и бегать врассыпную; – бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; – ползать по доске. <i>Подвижная игра</i> «Мыши в кладовой», <i>малоподвижная игра</i> «Где спрятался</p>	<p>У п р а ж н я т ь : – в ходьбе и беге колонной по одному; – ходит по гимнастической скамейке, руки за голову; -катание мячей друг другу. <i>Подвижная игра</i> «Воробушки и автомобиль»</p>	

1	2		3	4	5	6
Ап- рель		латка», <i>малоподвижная игра</i> «Где цыпленок?»	мяча об пол. <i>Подвижная игра</i> «Найди свой цвет», <i>малоподвижная игра</i> «Пройди тихо»	мышонок?»		видов движений, формировать уважительное отношение к окружающим. <i>Коммуникация:</i> на основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей. <i>Безопасность:</i> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль

П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим

Май	Тема	Занятия 1–2	Занятия 3–4	Занятие 5–6	Занятие 7–8	<i>Физическая культура:</i> закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, в рассыпную, с перешагиванием через предметы; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его; ползать на четвереньках по прямой, лазать по лесенке-стремянке, развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.
	Цели	У п р а ж н я т ь : – ходить и бегать по кругу; – сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; – в перепрыгивании через шнур.	У п р а ж н я т ь : – ходить и бегать в рассыпную; – в подбрасывании мяча; – в приземлении на носочки в прыжках в длину с места.	У п р а ж н я т ь : – ходить колонной по одному, выполняя задания по сигналу; – бегать в рассыпную; – учить подбрасывать мяч вверх и ловить его;	У п р а ж н я т ь : – в ходьбе, отработывая переменный шаг и координацию движений, и беге в рассыпную; -бросание мячей друг другу	

1	2		3	4	5	6
Май		<i>Подвижная игра</i> «Мыши в	<i>Подвижная игра</i> «Огуречик,	– ползании по скамейке на	<i>Подвижная игра</i>	<i>Здоровье:</i> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью

		кладовой», <i>малоподвижная игра</i> «Найди цыпленка»	огуречик...», <i>малоподвижная игра</i> «Угадай, кто позвал»	ладонях и коленях. <i>Подвижная игра</i> «Воробышки и кот»	«Найди свой цвет», <i>малоподвижная игра</i> «Каравай»	других детей, формировать желание вести здоровый образ жизни. <i>Социализация:</i> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика. <i>Коммуникация:</i> развивать диалогическую форму речи. <i>Безопасность:</i> не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека
--	--	--	---	---	--	--

**а). Основные задачи реализации образовательной области «Физическая культура»
2 младшая группа**

Задачи:

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

- 6) Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.
- 7) Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах.
- 8) Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и другие. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организовывать подвижные игры с правилами.

б) Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет (вторая младшая группа).

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится вне ситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и выступает носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры являются действия с игрушками и предметами – заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с 1-2 ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами только начинают формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Младшие дошкольники способны под руководством взрослого вылепить простые предметы.

Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации.

Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

В этом возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования прототипов – индивидуальных единиц восприятия, переходят к сенсорным эталонам – культурно – выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5

и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса – и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3-4 слова и 5-6 названий предметов. К концу года они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно – действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляется на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

в)Содержание педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура»

Вторая младшая группа

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

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

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах. ; Развивать умение самостоятельно садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Развивать умение надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организовывать подвижные игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба

по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

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

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

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

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

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

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

Общеразвивающие упражнения

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

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

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

Спортивные упражнения

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

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

Подвижные игры

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

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

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

С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

г) Формы работы по реализации основных задач по видам физкультурной деятельности

Задачи: развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация;

накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Вторая младшая группа

Разделы (задачи, блоки)	Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность
1. Основные движения: - ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание;	Утренний отрезок времени Индивидуальная работа	Занятия по физическому воспитанию:	Игра Игровое упражнение Подражательные	Беседа, консультация Совместные игры

<p>упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p>	<p>воспитателя</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> -классическая -тематическая -сюжетно-игровая -полоса препятствий <p>Подражательные движения</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна</p>	<ul style="list-style-type: none"> - сюжетно-игровые - тематические -классические 	<p>движения</p> <p>Игра</p> <p>Игровое упражнение</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игровое упражнение</p> <p>Игра</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p>
---	--	--	---	---

<p>2.Общеразвивающие упражнения</p>	<p>-оздоровительная -сюжетно-игровая -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения</p> <p>Утренний отрезок времени Игровые упражнения Подражательные движения Утренняя гимнастика: -классические комплексы -тематические комплексы -сюжетные комплексы -с предметами</p> <p>Прогулка Подвижная игра малой подвижности Игровые упражнения</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс -подражательный комплекс - комплекс с предметами Физ.минутки Динамические паузы</p>	<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия</p>
--	--	---	---	--

<p>3.Подвижные игры</p>	<p>Проблемная ситуация</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> -оздоровительные упражнения -классические упражнения <p>Физкультурные упражнения</p> <p>Коррекционные упражнения</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Динамические паузы</p> <p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Движения</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p>	<p>В занятиях по физическому</p>	<p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p>	
--------------------------------	--	----------------------------------	---	--

<p>4. Спортивные упражнения</p>	<p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> -игры малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Подражательные движения Подвижная игра большой и малой подвижности Индивидуальная работа Динамическая пауза <p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые (подводящие) упражнения в индивидуальной работе и в утренней гимнастике</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности с</p>	<p>воспитанию игры большой и малой подвижности</p>	<p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые просмотры</p> <p>Совместные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>
--	--	--	---	--

	<p>элементами подводящих и подражательных упражнений</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Физкультурные упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игровые (подводящие) упражнения</p>	<p>Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые просмотры</p> <p>Совместные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>
--	---	---	--	--

5.Активный отдых				
-------------------------	--	--	--	--

СРЕДНЯЯ ГРУППА (4-5 лет)

**2.3.РАЗВЕРНУТОЕ КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
(СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)
СРЕДНЯЯ ГРУППА**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы*:

принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой.

Отбивает мяч о землю (о пол) не менее 5 раз подряд,

Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м,

Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу,

Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны,

Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Ме- сяц	Тема и цели занятия 1-й недели	Тема и цели занятия 2-й недели	Тема и цели занятия 3-й недели	Тема и цели занятия 4-й недели	Виды интеграции образовательных областей
1	2	3	4	5	6
Сент ябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч двумя руками от груди; проявляет интерес				

к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками

Тема	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие –10-12	
Цели	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по 1;</p> <p>Учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании 2-мя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.</p> <p><i>Подвижная игра «Найди себе пару»</i></p>	<p>У ч и т ь : – Энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх;</p> <p>Упражнять в прокатывании мяча</p> <p><i>Подвижная игра «Самолеты», «Найди себе пару»</i></p>	<p>Упражнять детей в ходьбе в колонне по 1, беге враспынную;</p> <p>В прокатывании мяча, лазанье под шнур.</p> <p>9*-упражнять в ходьбе в обход предметов; повторить подбрасывание и ловлю мяча 2-мя руками ;упражнять в прыжках.</p> <p><i>Подвижная игра «Огуречик»,</i></p>	<p>Диагностика</p>	<p><i>Физическая культура:</i> развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, сохраняя перекрестную координацию рук и ног; энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение энергично отталкивать мячи двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой».</p> <p><i>Здоровье:</i> создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений.</p>

1	2	3	4	5	6	
Сентябрь			«Мяч через сетку», «Кто быстрее добежит до кубика», Подбрось-поймай», «Воробушки и кот»		<p><i>Социализация:</i> способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p> <p><i>Безопасность:</i> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль.</p> <p><i>Коммуникация:</i> помогать детям доброжелательно общаться друг с другом</p>	
Октябрь	Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду					
	Тема	Занятия 13–15	Занятия 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24	<p><i>Физическая культура:</i> развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки лазанья, ползания, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании.</p>
	Цели	<p>Учить:</p> <p>– сохранять устойчивое равновесие в ходьбе на повышенной опоре</p> <p>Упражнять в энергичном отталкивании и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.</p>	<p>Учить:</p> <p>–находить свое место в шеренге после ходьбы и бега</p> <p>Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; Закреплять умение прокатывать мяч друг другу.</p>	<p>Упражнять в ходьбе колонной по 1, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски;</p> <p>- в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге колонной по 1, в рассыпную;</p> <p>Повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола;</p> <p>Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.</p>	

1	2	3	4	5	6
Октябрь	<p><i>Подвижная игра</i> «Кот и мыши», <i>Игровые упражнения:</i> «мяч через шнур», «кто быстрее доберется до кегли» <i>Подвижная игра</i> «найди свой цвет»</p>	<p><i>Подвижная игра</i> «Автомобили», 18* - упражнять в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее», «Подбрось-поймай», <i>Подвижная игра</i> «ловишки»</p>	<p><i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору», <i>малоподвижная игра</i> «Угадай, где спрятано?» 21* - упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед. <i>Игровые упражнения</i> «Прокати-не урони», «Вдоль дорожки» <i>подвижная игра</i> «Цветные автомобили»</p>	<p><i>Подвижная игра</i> «Кот и мыши» <i>малоподвижная игра</i> «Угадай, кто позвал?» 24* - упражнять в бросании мяча в корзину, повторить ходьбу и бег колонной по 1. <i>Игровые упражнения:</i> - «Подбрось-поймай», «Мяч в корзину», «Кто скорее по дорожке», <i>Подвижная игра</i> «Лошадки»</p>	<p><i>Здоровье:</i> развитие умения заботиться о своем здоровье. <i>Социализация:</i> приучение детей к самостоятельному выполнению правил в подвижных играх. <i>Труд:</i> побуждать детей к уборке спортивного инвентаря и расстановке при проведении занятия. <i>Безопасность:</i> развитие наблюдательности, умения ориентироваться в помещении и на участке детского сада.</p>
Ноябрь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e и н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й): с o х р а н я e т р а в н o с и e п р и х o д ь б e и б e г e п o o г р а н и ч e н н o й п л o с к o с т и, м o ж e т п o л з а т ь н а ч e т в e р e н ь к а х, э н e р г и ч н o o т т а л к и в а e т с я в п р ы ж к а х н а д в у х н o г а х, и м e e т э л e м e н т а р н ы e п р e д с т а в л e н и я o ц e н н o с т и з д o р o в ь я, п o л ь з e з a k a л и в a н и я, у м e e т в з a и м o д e й с t в o в a т ь c o c в e р c t н и к a м и, c и т у a т и в н o п р o я в л я e т д o б р o ж e л a t e л ь н o e o т н o ш e н и e к o к р у ж a ю щ и м, у м e н и e д e л и t ь c я c т o в a р и щ e м; и м e e т o п ы т п p a в и л ь н o й o ц e н k и x o p o ш и x и п л o x и x п o c t y п k o в</p>				
	Тема	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36
Цели	У п р а ж н я т ь в х o д ь б e и б e г e м e ж д у п р e д м e т a м и, - в п р ы ж к а х н a 2	У п р а ж н я т ь : - в х o д ь б e и б e г e п o к р y г y, - н a н o c k a x, - в п р и з e м л e н и и	У п р а ж н я т ь : - в х o д ь б e и б e г e c и з м e н e н и e м н a п р a в л e н и я, - б р o c k a x м я ч a o	У п р а ж н я т ь : - в х o д ь б e и б e г e c o c т a н o в k o й п o c и г n a л y в o c п и т a т e л я,	

		ногах, Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	на полусогнутые ноги в прыжках, - в прокатывании мяча.	землю и ловля его 2-мя руками, -ползание на четвереньках.	- в ползании на животе по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Цветные автомобили» 36* - упражнять в ходьбе и беге по кругу, - в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «пингвины», «Кто дальше бросит» <i>Подвижная игра</i> «самолеты»	прыжках. <i>Здоровье:</i> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма; Развивать умение заботиться о своем здоровье. <i>Социализация:</i> развитие у дошкольников интереса к различным видам игр, побуждение к активной деятельности. <i>Труд:</i> Совершенствовать умение самостоятельно одеваться и раздеваться (деятельность – физическая культура), аккуратно складывать свою одежду, помогать в расстановке и уборке спортивного инвентаря.
--	--	--	---	--	---	---

1	2	3	4	5	6
Ноябрь	<i>Подвижная игра</i> «Салки», <i>малоподвижная игра</i> «Найди и промолчи» 27* - упражнять - в ходьбе и беге с изменением направления движения; - ходьбе и беге «змейкой» между предметами, - в сохранении равновесия на уменьшенной	<i>Подвижная игра</i> «Самолеты» «Найди себе пару» 30* - повторить ходьбу с выполнением заданий, бег с перешагиванием. <i>Игровые упражнения:</i> «не попадись», «Догони мяч», <i>Подвижная игра</i> «Найди себе пару»	<i>Подвижная игра</i> «Лиса и куры» 33* - упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; - в прыжках и беге с ускорением. <i>Игровые упражнения</i>		<i>Социализация:</i> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <i>Коммуникация:</i> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом

		площади опоры. <i>Игровые упражнения:</i> «Не попадись», «Поймай мяч» <i>Подвижная игра</i> «Кролики»		«Не задень», «Передай мяч» «Догони пару»		
Декабрь	Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, на повышенной опоре, может ползать произвольным способом, подлезать под дуги, сгруппировавшись, катать мяч в заданном направлении, друг другу из разных и.п., проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре, выполняет правила игр, помогает в расстановке и уборке спортивного инвентаря.					
	Тема	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	<i>Физическая культура:</i> упражнять в ходьбе и беге по кругу, в рассыпную, в катании мяча между предметами, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, <i>Здоровье:</i> формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при ушибах, травме. <i>Социализация:</i> формирование в процессе игры соблюдать правила культурного поведения. Развивать умение подбирать предметы и атрибуты для игры. <i>Труд:</i> продолжать формировать стремление помогать воспитателю в расстановке и уборке спортивного инвентаря. <i>Познание:</i> развитие пространственных направлений – двигаться по заданию воспитателя. <i>Коммуникация:</i> формирование умения доброжелательно общаться со сверстниками. <i>Музыка:</i> развитие умение выполнять ходьбу
	Цели	Развивать внимание при выполнении заданий в ходьбе и беге; -ловкость и координацию движений в прыжках через препятствия. Упражнять - в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	У п р а ж н я т ь - в перестроение в пары на месте, - в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, Развивать - глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору» 6* - упражнять в ходьбе и беге, высоко поднимая колени, в	Упражнять - в ходьбе колонной по 1, Развивать -ловкость и глазомер при перебрасывании мячей друг другу, Повторить ползание на четвереньках. <i>Подвижная игра</i> «Зайцы и волк», <i>Малоподвижная игра</i> «Где спрятался зайка» 9* - повторить ходьбу и бег между предметами, прыжки через	Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; Учить -правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе, Повторить упражнения в равновесии. <i>Подвижная игра</i> «Птички и кошка» 12*упражнять в прокатывании мяча по дорожке между	

			<p>прыжках со скамейки. Игровые упражнения: «Лошадки», «Цыплята прыгают с заборчика» <i>Подвижная игра</i> «Найди пару»</p>	<p>бруски на 2 ногах (выс 6 см), броски мяча вверх одной рукой и ловля его 2-мя руками. <i>Игровые упражнения:</i> «Через кочки», «Подбрось-поймай», <i>подвижная игра</i> «Птички и кошка»</p>	<p>предметами, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, в равновесии-ходьба боком приставным шагом по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Автомобили» <i>Игра малой подвижности</i> «Найди и промолчи»</p>	и бег в соответствии с темпой и ритмом музыки.
--	--	--	---	---	--	--

1	2	3	4	5	6
Декабрь	<p><i>Подвижная игра</i> «Лиса и куры», <i>малоподвижная игра</i> «Найдем цыпленка» 3* -упражнять в ходьбе и беге между предметами. <i>Игровые упражнения:</i> «Веселые снежинки», «Кто быстрее к пирамиде»,</p>				

		«Кто дальше бросит?»				
Ян-варь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): у м е е т б е г а т ь, и з м е н я я н а п р а в л е н и е, т е м п б е г а в с о о т в е т с т в и и с у к а з а н и я м и в о с п и т а т е л я, с о х р а н я е т р а в н о в е с и е п р и х о д ь б е п о o г р а н и ч e н н о й п л o c k o c t и, н а п o v ы ш e n н o й п л o c a d и o п o p ы, в л а д e e т c o o т в e c т в у ю щ и м и в o з р а c т у o c н o в н ы м и д в и ж e н и я м и, c t p e м и т c я c a м o c т o я т e л ь н o в ы п o л н я т ь э л e м e n т a p н ы e п o p y ч e н и я, п p e o д o л e в a т ь н e б o л ь ш и e т p y д н o c t и, у м e e т з a н и м a т ь c e б я и г p o й					
	Тема	Занятия 13–15	Занятия 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24	<i>Физическая культура:</i> развитие двигательной активности в играх с мячами, обручами. <i>Здоровье:</i> организация и проведение различных подвижных игр, воспитание опрятности и привычки следить за своим внешним видом, расширение представлений о важности для здоровья различных физических движений и упражнений. <i>Социализация:</i> продолжать приучать детей к самостоятельному выполнению правил в играх. Продолжать формирование доброжелательных взаимоотношений между детьми во время выполнения игровых упражнений; воспитание быть справедливым в играх, играх-соревнованиях, смелым, сильным. <i>Труд:</i> поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. <i>Безопасность:</i> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. <i>Познание:</i> развитие умение определять пространственные направления – вперед-назад, влево-вправо, вверх-вниз. <i>Музыка:</i> развивать умение выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. <i>Коммуникация:</i> развитие свободного
	Цели	Упражнять - в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, - в равновесии при ходьбе на уменьшенной площади опоры, -в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Кролики» <i>Игра малой подвижности</i> «Найдем кролика» 15* -упражнять в лазаньи в обруч, не касаясь руками пола, в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке парами навстречу друг другу – по середине	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, В прыжках и перебрасывании мячей друг другу. <i>Подвижная игра</i> « Найди себе пару» 18* - упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, прокатывании мячей друг другу. <i>Подвижная игра</i> «Зайцы и волк»	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Подвижная игра</i> « Лошадки» 21* - упражнять в прыжках между предметами, в прокатывании мячей между предметами, в бросании мяча вверх и о землю и ловля его 2-мя руками. <i>Подвижная игра</i> «Цветные автомобили»	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен, В равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Автомобили» 24* - упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «медвежата», в отбивании мяча о пол и ловля его 2-мя руками. <i>Подвижная игра</i> «Кот и мыши»	

		разойтись, помогая друг другу, в прыжках из кружка в кружок. <i>Подвижная игра «Лошадки»</i>				общения со взрослыми и детьми.
--	--	---	--	--	--	--------------------------------

Февраль	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, на повышенной площади опоры, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках между предметами, не задевая их, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах и приземляться на полусогнутые ноги, может катать мяч в заданном направлении, между предметами, друг другу; проявляет положительные эмоции при выполнении физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу					
	Тема	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36	<i>Физическая культура:</i> закреплять умение бросать и ловить мяч 2-мя руками, не прижимая к себе; закреплять умение энергично отталкиваться и приземляться на полусогнутые ноги в прыжках, ползать, перелезть, подлежать через предметы, между предметами. <i>Здоровье:</i> продолжать работу по укреплению здоровья детей. <i>Социализация:</i> совершенствовать умение объединяться в игре, поступать в соответствии с правилами игры. <i>Труд:</i> поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. <i>Безопасность:</i> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. <i>Познание:</i> развитие сенсорики. <i>Коммуникация:</i> совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом),
	Цели	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, В равновесии, В прыжках. <i>Подвижная игра «Котята и щенята»</i> 27*упражнять в лазании под рейку (выс 40 см от пола) прямо и боком, В прыжках на 2 ногах с продвижением вперед между предметами (3 м) <i>Подвижная игра</i>	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя, в прыжках из обруча в обруч, Развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. <i>Подвижная игра «У медведя во бору»</i> 30* - повторить игровые упражнения с	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную между предметами, В ловле мяча 2-мя руками, В ползании на четвереньках <i>Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»</i> 33*упражнять в метании на дальность. Игровые упражнения: «Кто дальше бросит», Найдем	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, В ползании в прямом направлении, Прыжках между предметами. <i>Подвижная игра «Перелет птиц»</i> 36* - развивать ловкость и глазомер при метании мешочков. Игровые упражнения: «Точно в цель»,	

		«Самолеты»	бегом и прыжками. <i>Игровые упражнения</i> «Покружись», Кто дальше бросит» <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору»	снегурочку», <i>Подвижная игра</i> «Мороз – Красный Нос»	«Туннель», <i>Подвижная игра</i> «Мороз – Красный Нос» <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем зайку»	совершенствование диалогической речи. <i>Музыка:</i> развитие музыкального слуха–выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.
--	--	------------	--	--	---	---

<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e i н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках в различных направлениях, между предметами,, лазать по гимнастической лестнице произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух и мягко приземляться на полусогнутые ноги, прыгает в длину с места, может катать мяч в прямом направлении, своему напарнику, ударять мячом об пол 2-мя руками, одной и ловить 2-мя руками; проявляет положительные эмоции в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>						
Март	Тема	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	<p><i>Физическая культура:</i> развивать умение выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног; формировать умение выполнять действия по сигналу; закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках, ориентироваться в пространстве. <i>Здоровье:</i> осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Расширение представлений о важности для здоровья сна, движений. <i>Социализация:</i> продолжать развивать интерес к различным видам игр, формировать умение соблюдать правила культурного поведения в играх. <i>Безопасность:</i> развивать умение</p>
	Цели	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную, В равновесии и прыжках. Подвижная игра «Перелет птиц» 3* - развивать ловкость и глазомкер, Упражнять в</p>	<p>Упражнять - в ходьбе с выполнением заданий воспитателя по команде, - в прыжках в длину с места, В бросании мячей через шнур. Подвижная игра «Бездомный заяц» 6* - - упражнять</p>	<p>У п р а ж н я т ь : – в ходьбе и беге по кругу; – с выполнением задания, - в прокатывании мяча между предметами, В ползании на животе по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Самолеты». 9* -упражнять</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге враспынную, -с остановкой по сигналу воспитателя, -ползание по скамейке «по-медвежьи», - в равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Охотник и зайцы» <i>Малоподвижная</i></p>	

	<p>беге; Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя. <i>Игровые упражнения:</i> «Ловишки», «Быстрые и ловкие», «сбей кеглю» <i>Подвижная игра</i> «Зайка беленький» <i>Игра малой подвижности</i> «Найдем зайку»</p>	<p>в ходьбе и беге по кругу, -с выполнением задания, - в ползании на животе по гимнастической скамейке. Повторить- прокатывание мяча между предметами. <i>Игровые упражнения</i> «Подбрось-поймай», «Прокати- не задень» <i>Подвижная игра</i> «Лошадка» <i>Малоподвижная игра</i> «Угадай, кто кричит?»</p>	<p>детей в беге на выносливость, - в ходьбе и беге между предметами, -в прыжках на одной ноге поеремно. <i>Игровые упражнения:</i> «На одной ножке вдоль дорожки», «Брось через веревочку» <i>Подвижная игра</i> «Самолеты»</p>	<p><i>игра</i> «Найдем зайку» 12* - упражнять в ходьбе попеременно широким и коротким шагом, - с мячом, - в равновесии и в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Перепрыгни через ручеек», «Бег по дорожке», «Ловкие ребята»</p>	<p>ориентироваться в зале, на физкультурной площадке; соблюдать правила безопасного поведения во время непосредственно образовательной деятельности. <i>Труд:</i> продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спорт инвентаря. <i>Познание:</i> продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных. <i>Коммуникация:</i> продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности. <i>Музыка:</i> совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
--	--	--	---	---	--

Ап- рель	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): у м е е т х о д и т ь п р я м о , н е ш а р к а я н о г а м и , с о х р а н я я з a д a н н о е в о с п и т a т е л е м н a п р a в л e н и e , в ы п o л н я я р a z л и ч н ы е z a d a н и я п o c и г n a л y в o c п и t a t e л я , c o x p a н я e t p a в н o в e c и e п р и x o д ь б e и б e г e п o o г p a н и ч e н н o й п л o c k o c t и , н a п o в ы ш e н н o й п л o щ a d и o п o p ы , м o ж e t б p o c a т ь м я ч и л o в и т ь д в у м я р y k a m и , o т б и в a т ь м я ч o з e м л ю o d н o й р y k o й – л o в и т ь 2-м я р y k a m и , в л a д e e t c o o т в e т c t в у ю щ и м и в o з p a c t y o c н o в н ы м и д в и ж e н и я м и , г o т o в c o б л ю д a т ь э л e м e н т a p н ы e п p a в и л a в c o в м e c t н ы x и г p a x , з н a e t п p e д м e т ы б л и ж a й ш e г o o k p y ж e н и я , o p и e н т и p y e т c я в п p o c t p a н c t в e з a л a и ф и з k y л ь t y p н o й п л o щ a d k и .</p>				
	Тема	Занятия 13–15	Занятия 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24
Цели	Упражнять - в ходьбе и беге колонной по одному,	Упражнять - в ходьбе и беге по кругу, взявшись за	У п р а ж н я т ь : – в ходьбе с выполнением задания по	У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге врассыпную, - в равновесии и	

	<p>врассыпную; - в равновесии и в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Пробеги тихо». 15* - упражнять в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне, - в прокатывании обручей, - в упражнениях с мячами. <i>Игровые упражнения:</i> «Прокати и поймай», «Сбей булаву», <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору».</p>	<p>руки, -врассыпную, В метании мешочков в горизонтальную цель, В умении занимать правильное и.п. в прыжках в длину с места. Подвижная игра «Совушка». 18* - повторить ходьбу и бег; Упражнения в прыжках и подлезании. <i>Игровые упражнения:</i> «По дорожке», «Не задень» <i>Подвижная игра</i> «Воробушки и автомобиль» <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем воробушка».</p>	<p>сигналу воспитателя, - в ползании на четвереньках. Развивать - ловкость и глазомер при метании на дальность. <i>Подвижная игра</i> «Совушка» 21*м – упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, - в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер. <i>Игровые упражнения:</i> «Успей поймать», «Подбрось-поймай», <i>Подвижная игра</i> «Догони пару».</p>	<p>прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Птички и кошка» 24*- упражнять в ходьбе и беге между предметами, - в равновесии, - в перебрасывании мяча. <i>Игровые упражнения:</i> «Пробеги – не задень», «Накинь кольцо», «Мяч через сетку» <i>Подвижная игра</i> «Догони пару».</p>	<p>двигательной деятельности развитие у детей организованности, самостоятельности, инициативности, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. <i>Здоровье:</i> развивать умение заботиться о своем здоровье, воспитание потребности быть здоровым. Знакомство с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. <i>Социализация:</i> поддерживать интерес к различным видам игр, к самостоятельному выполнению правил в играх, развитие творческих способностей в играх. <i>Безопасность:</i> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. <i>Музыка:</i> упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
--	---	---	--	--	---

Май	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e i н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках между предметами, не задевая их, на повышенной площади опоры, лазать по гимнастической лестнице с переходом с одного пролета на другой различным способом (одноименный, разноименный), катать мяч в заданном направлении, друг другу, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 3–4 раза подряд и ловить; отбивать мяч правой и левой рукой не менее 5 раз подряд, проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной</p>
-----	--

двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим.

Тема	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36		
Цели	<p>У п р а ж н я т ь : – в ходьбе парами, -в сохранении устойчивого равновесия по уменьшенной площади опоры, - в прыжках в длину с места. <i>Подвижная игра</i> «Котят щенята». 27* - упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками, <i>Игровые упражнения:</i> «Достань до мяча», «Перепрыгни через ручеек», «Пробеги- не задень», <i>Подвижная игра</i> «Совушка»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : – повторить ходьбу со сменой ведущего, Упражнять - в прыжках в длину с места , Развивать ловкость в упражнении с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Котят и щенята» 30* - упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя, -ходьбе и беге по кругу. <i>Игровые упражнения:</i> « Попади в корзину», «Подбрось-поймай», <i>Подвижная игра</i> «Удочка»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : – в ходьбе с высоким подниманием колена, -беге враспынную, В ползании по скамейке на животе, В метании предметов в вертикальную цель. <i>Подвижная игра</i> «Зайцы и волк», <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем зайца» 33* - упражнять детей в ходьбе и беге парами, закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. <i>Игровые упражнения:</i> «Не урони», «Не задень», «Бегом по</p>	<p>У п р а ж н я т ь : – в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры прыжках, Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору» 36* - упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения, - в подбрасывании и ловле мяча, Повторить игры с мячом, прыжками и бегом. <i>Игровые упражнения:</i> «Подбрось-поймай», «Кто быстрее по дорожке», <i>Подвижная игра</i></p>	<p><i>Физическая культура:</i> закреплять умение выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног; закреплять умение ползать, подлезать, перелезать через предметы; энергично отталкиваться двумя ногами и приземляться на полусогнутые ноги в прыжках; продолжать развивать психо-физические качества – силу, гибкость, выносливость; развитие и совершенствование двигательных умений и навыков детей. <i>Здоровье:</i> продолжать формировать представление о составляющих здорового образа жизни, о значении физических упражнений для организма человека. <i>Социализация:</i> продолжать развитие игровой деятельности детей, приобщение к элементарным нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.</p>	

				дорожке» <i>Подвижная игра</i> «Пробеги тихо» <i>Малоподвижная игра</i> «Кто ушел?»	«Самолеты»	
--	--	--	--	---	------------	--

1	2	3	4	5	6
Май					<i>Коммуникация:</i> развивать диалогическую форму речи. <i>Безопасность:</i> развитие знаний о правилах безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.

**а) Основные задачи реализации образовательной области «Физическая культура»
Средняя группа**

Задачи:

- 1) Формировать правильную осанку. Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.
- 2) Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Развивать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
- 3) В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.
- 4) Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
- 5) Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.

- 6) Закреплять умение кататься на велосипеде по прямой, по кругу. Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на горку.
- 7) Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.
- 8) Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулке.
- 9) Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.
- 10) Во всех формах организации двигательной активности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.
- 11) Приучать к выполнению действий по сигналу. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

б) Возрастные особенности детей

В **игровой деятельности** детей среднего дошкольного возраста **появляются ролевые взаимодействия**. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, ради смысла игры. **Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.**

Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. **Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности.** Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т.д.

Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5-6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. **Начинает складываться произвольное запоминание:** дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т.д.

Начинает **развиваться образное мышление.** Дети оказываются способными использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Для детей этого возраста особенно характерны известные феномены Ж. Пиаже: сохранение количества, объема и величины. Например, если им предъявить три черных кружка из бумаги и семь белых кружков из бумаги и спросить: «Каких кружков больше — черных или белых?», большинство ответят, что белых больше. Но если спросить: «Каких больше — белых или бумажных?», ответ будет таким же — больше белых.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие,

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы.

Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении со взрослым становится внеситуативной.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. **Ведущим становится познавательный мотив.** Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. **Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.**

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. **В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность.** Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствованием восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками, дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

**по освоению образовательной области «Физическая культура»
Средняя группа**

Образовательная область «Физическая культура»

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

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

**Развитие физических качеств,
накопление и обогащение двигательного опыта**

Формировать правильную осанку.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.

Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.

Развивать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.

В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу

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

**Формирование потребности в двигательной активности
и физическом совершенствовании**

Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знаковых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

Основные движения

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

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года).

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

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4-5

линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

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

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

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

Общеразвивающие упражнения

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

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); переключать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и переключать предметы с места на место стопами ног.

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

Спортивные упражнения

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

Скольжение. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

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

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

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

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

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

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

г) Формы работы по реализации основных задач по видам физкультурной деятельности

Задачи: развитие физических качеств(скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация;

накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Средняя группа

Разделы (задачи, блоки)	Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность
1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.	Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -сюжетно-игровая -тематическая	Занятия по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее	Игра Игровое упражнение Подражательные движения	Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи.

	<p>-полоса препятствий</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коррекционная -оздоровительная -сюжетно-игровая -полоса препятствий <p>Физкультурные упражнения</p>			<p>Совместные занятия</p>
--	---	--	--	---------------------------

<p>2.Общеразвивающие упражнения</p>	<p>Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения</p> <p>Утренний отрезок времени Игровые упражнения Подражательные движения Утренняя гимнастика: -тематические комплексы -сюжетные -классические -с предметами</p> <p>Прогулка Подвижная игра малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию: -тематические комплексы -сюжетные -с предметами -подражательный комплекс Физ.минутки Динамические паузы</p>	<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия</p>
--	---	--	---	--

	<p>Индивидуальная работа</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none">-оздоровительные упражнения-корректирующие упражнения-классические <p>Физкультурные упражнения</p> <p>Коррекционные упражнения</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Динамические паузы</p> <p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые упражнения</p>		<p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p>	
--	---	--	--	--

<p>3.Подвижные игры</p>	<p>движения</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой, малой подвижности</p> <p>и с использованием спортивных упражнений</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна с использованием игры малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Динамическая пауза</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игры большой, малой подвижности</p>	<p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые просмотры</p> <p>Совместные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>
--------------------------------	--	---	--	--

<p>4. Спортивные упражнения</p>	<p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые (подводящие) упражнения</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности с элементами подводящих и подражательных упражнений</p> <p>Спортивные упражнения на улице</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Физкультурные упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игровые (подводящие) упражнения</p>	<p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые просмотры</p> <p>Совместные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>
--	--	---	--	--

5.Активный отдых	День здоровья			
------------------	---------------	--	--	--

СТАРШАЯ ГРУППА(5-6ЛЕТ)

2.4.. РАЗВЕРНУТОЕ КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ) СТАРШАЯ ГРУППА

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы* :

ВЫПОЛНЯЕТ ХОДЬБУ И БЕГ ЛЕГКО, РИТМИЧНО, СОХРАНЯЯ ПРАВИЛЬНУЮ ОСАНКУ, НАПРАВЛЕНИЕ И ТЕМП.
 УМЕЕТ ЛАЗАТЬ ПО ГИМНАСТИЧЕСКОЙ СТЕНКЕ (ВЫСОТА 2,5 М) С ИЗМЕНЕНИЕМ ТЕМПА,
 МОЖЕТ ПРЫГАТЬ НА МЯГКОЕ ПОКРЫТИЕ (высота 20 см)
 ПРЫГАТЬ В ОБОЗНАЧЕННОЕ МЕСТО С ВЫСОТЫ 30 СМ,
 ПРЫГАТЬ В ДЛИНУ С МЕСТА (НЕ МЕНЕЕ 80 СМ), С РАЗБЕГА (НЕ МЕНЕЕ 100 СМ), В ВЫСОТУ С РАЗБЕГА (НЕ МЕНЕЕ 40 СМ), ПРЫГАТЬ ЧЕРЕЗ КОРОТКУЮ И ДЛИННУЮ СКАКАЛКУ,
 УМЕЕТ МЕТАТЬ ПРЕДМЕТЫ ПРАВОЙ И ЛЕВОЙ РУКОЙ НА РАССТОЯНИЕ 5-9 М,
 В ВЕРТИКАЛЬНУЮ И ГОРИЗОНТАЛЬНУЮ ЦЕЛЬ С РАССТОЯНИЯ 3-4 М,
 СОЧЕТАТЬ ЗАМАХ С БРОСКОМ, БРОСАТЬ МЯЧ ВВЕРХ, О ЗЕМЛЮ И ЛОВИТЬ ЕГО ОДНОЙ РУКОЙ,
 ОТБИВАТЬ МЯЧ О ЗЕМЛЮ НА МЕСТЕ НЕ МЕНЕЕ 10 РАЗ, В ХОДЬБЕ 9РАССТОЯНИЕ 6 М),
 ВЛАДЕЕТ ШКОЛОЙ МЯЧА.
 ВЫПОЛНЯЕТ УПРАЖНЕНИЯ НА СТАТИЧЕСКОЕ И ДИНАМИЧЕСКОЕ РАВНОВЕСИЕ,
 УМЕЕТ ПЕРЕСТРАИВАТЬСЯ В КОЛОННУ ПО ТРОЕ, ЧЕТВЕРЕ; РАВНЯТЬСЯ, РАЗМЫКАТЬСЯ В КОЛОННЕ, ШЕРЕНГЕ,
 ВЫПОЛНЯТЬ ПОВОРОТЫ НАПРАВО, НАЛЕВО, КРУГОМ.

Ме- сяц	Тема и цели занятия 1-й недели	Тема и цели занятия 2-й недели	Тема и цели занятия 3-й недели	Тема и цели занятия 4-й недели	Виды интеграции образовательных областей
1	2	3	4	5	6
Сент ябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e и н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й): у м e e т c л e г к o с т ь ю в ы п o л н я т ь х o д ь б у и б e г, э н e р г и ч н o o т т a л к и в a я с ь o т o п o р ы, п o д б р a с ы в a т ь и л o в и т ь м я ч o d н o й р у к o y, o т б и в a т ь e г o o п o л п р a в o й л e в o y р у к o y н a м e с т e и в д в и ж e н и и, у м e e т п р a в и л ь н o o т т a л к и в a т ь с я и п р и з e м л я т ь с я в з a в и с и м o c т и o т в и д a п р ы ж k a.				
	Тема	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие –10-12
Цели	<u>Упражнять</u> детей -в ходьбе и беге колонной по 1; - в рассыпную, - в сохранении устойчивого равновесия, - в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании	<u>Повторить</u> ходьбу и бег между предметами; <u>Упражнять</u> - в ходьбе на носках, Развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань	<u>Упражнять</u> - в ходьбе с высоким подниманием колен, - в непрерывном беге до 1 мин, - в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени,	<u>Диагностика</u>	

		<p>мяча. <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» 3* - упражнять в построении в колонны, В равновесии и прыжках. <i>Игровые упражнения</i> «Пингвины», «Не промахнись», «По мостику», Подвижная игра «Ловишки» <i>Малоподвижная игра</i> «У кого мяч?»</p>	<p>до предмета), - ловкость в бросках мяча вверх. <i>Подвижная игра</i> «Фигуры» 6* - повторить ходьбу и бег между предметами, в рассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках. Развивать ловкость в беге; Разучить игровые упражнения с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Передай мяч», «Не задень», Подвижная игра «Мы веселые ребята» <i>Малоподвижная игра</i> «Найди и промолчи»</p>	<p>- в подбрасывании мяча вверх. <i>Развивать</i> ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. <i>Подвижная игра</i> «Удочка»</p>	<p>партнеров, соблюдать в игре ролевые взаимодействия и взаимоотношения. воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычки сообща заниматься. <i>Труд:</i> развивать умение доводить начатое до конца. Побуждать и поощрять за подготовку и уборку спортивного инвентаря. <i>Познание:</i> совершенствование глазомера в процессе непосредственно организованной деятельности. <i>Коммуникация:</i> развитие свободного общения со взрослыми и детьми. <i>Музыка:</i> развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.</p>
Сентябрь					<p><i>Безопасность:</i> формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни, приобщение детей к занятиям спортом и закаливанию; продолжать</p>

						знакомить с правилами безопасного поведения во время игр.
	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e и н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й): у м e e т п р а в и л ь н o п р и з e м л я т ь с я п р и в ы п o л н e н и и п р ы ж к а, з а н и м а e т п р а в и л ь н o e и с х o д н o e п o л o ж e н и e п р и м e т а н и и п р e д м e т a, в ы п o л н я e т з a м a x; п e р e б р a с ы в a e т м я ч и з р a з н ы х и .п.; в ы п o л н я e т у п р a ж н e н и я к р a с и в o, п o д м ы з ы к у.</p>					
	Тема	Занятия 13–15	Занятия 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24	<i>Физическая культура:</i> развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости. Совершенствование физических качеств в разнообразных формах двигательной деятельности. Воспитание стремления участвовать в играх с элементами соревнований, играх-эстафетах. Формировать привычку помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений и убирать его на место. <i>Здоровье:</i> расширение представлений об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Формирование потребности в здоровом образе жизни. <i>Безопасность:</i> формирование элементарных представлений о здоровом образе жизни, о полезных и вредных привычках. Развитие стремления заботиться о своем здоровье. <i>Социализация:</i> поощрение самостоятельной организации детьми знакомых подвижных игр, участия в играх с элементами соревнований. <i>Коммуникация:</i> развитие свободного общения со взрослыми и детьми. <i>Музыка:</i> красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движения с музыкальным сопровождением.
Ок-тябрь	Цели	Упражнять - в беге продолжительностью до 1 мин, - в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке, - в прыжках и перебрасывании мяча. <i>Подвижная игра «Перелет птиц»</i> <i>Малоподвижная игра «Найди и промолчи»</i> 15* - повторить ходьбу с высоким подниманием колен, Знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), Упражнять в	Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по 1; Повторить бег с преодолением препятствий; Упражнять в прыжках с высоты; Развивать координацию движений при перебрасывании мяча. <i>Подвижная игра « Не оставайся на полу»</i> <i>Малоподвижная игра «У кого мяч?»</i> 18* - упражнять в ходьбе и беге; Разучить игровые упражнения с	Повторить ходьбу с изменением темпа движения, Развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. <i>Подвижная игра «Удочка»</i> 21* - упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, Непрерывном беге до 1 мин, Познакомить с игрой в бадминтон, Повторить игровое упражнение с прыжками. <i>Игровые упражнения:</i>	<i>Упражнять</i> в ходьбе парами, В равновесии и в прыжках. <i>Повторить</i> лазанье в обруч. Подвижная игра «Гуси-лебеди» 24* - развивать выносливость в беге до 1,5 мин, разучить игру «Посадка картофеля», <i>Упражнять</i> в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники» <i>Игровые упражнения</i> «Посадка картофеля», «Попади в корзину» (баскетбольный вариант) <i>Подвижная игра</i>	

		прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «ведение мяча по подгруппам – мпальчики, девочки, <i>Подвижная игра</i> «Не попадись»	мячом, Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. <i>Игровые упражнения</i> «Проведи мяч» (баскетбольный вариант) «Мяч водящему» «Не попадись»	«Пас друг другу», «Отбей волан», «Будь ловким»	«Ловишки-перебежки».	
	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет выполнять ходьбу и бег с различным выполнением заданий по команде воспитателя; умеет выполнять различные виды прыжков, стремиться участвовать в играх с элементами соревнования;.					
Ноябрь	Тема	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36	<i>Физическая культура:</i> развитие быстроты, силы, гибкости, выносливости; развитие глазомера. <i>Здоровье:</i> формировать умение характеризовать свое самочувствие в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского движения. <i>Социализация:</i> поощрять самостоятельную организацию детьми знакомых подвижных игр, участие в играх с элементами соревнований. Поощрение проявления честности, справедливости в играх. <i>Безопасность:</i> развитие стремления заботиться о своем здоровье, развивать умение прислушиваться к своему организму, соблюдать элементарные правила заботы о нем.
	Цели	<i>Повторить</i> ходьбу с высоким подниманием колен, <i>Упражнять</i> в равновесии, Перебрасывании мячей в шеренгах. <i>Подвижная игра</i> «Пожарные на учении» 27* - повторить бег; Игровые упражнения с мячом, в	<i>Упражнять</i> - в ходьбе с изменением направления движения, Бег между предметами, Повторить прыжки попеременно на правой и на левой ноге с продвижением вперед, В ползании по гимнастической скамейке, В ведении мяча	<i>Упражнять</i> в ходьбе с изменением темпа движения, - в беге между предметами, в равновесии, <i>Повторить</i> упражнения с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Удочка». 33* - упражнять в беге, развивая выносливость, - в перебрасывании мяча в шеренгах.	<i>Повторить</i> ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя, <i>Упражнять</i> в равновесии и в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Пожарные на учении» <i>Малоподвижная игра</i> «У кого мяч?» 36* - повторить бег с преодолением	

		<p>равновесии, в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «мяч о стенку», «Поймай мяч», «Не задень», <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» <i>Малоподвижная игра</i> «Угадай, чей голосок»</p>	<p>между предметами. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» 30* - повторить бег с перешагиванием через предметы <i>Развивать</i> - координацию движений, ловкость, <i>Упражнять</i> в беге. <i>Игровые упражнения</i> «Мяч водящему», «По мостику», <i>Подвижная игра</i> «Ловишки с ленточками»</p>	<p><i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками и бегом. <i>Игровые упражнения:</i> «Перебрось и поймай», «Перепрыгни- не задень» «Ловишки парами» <i>Малоподвижная игра</i> «Летает- не летает»</p>	<p>препятствий, Игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч о стенку» <i>Подвижная игра</i> «Ловишки- перебежки», «Удочка».</p>	
Декабрь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e и н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й): у м e e т с o х р а н я т ь д и с т а н ц и ю д р у г o т д р у г a в o в р e м я х o д ь б ы и б e г a; с o х р а н я e т у с т o й ч и в o e р a в н o в e с и e п р и х o д ь б e п o н a к л o н н o й д o с к e; a к т и в н o у ч а с т в у e т в п o д г o т o в к e и у б o р к e ф и з к у л ь т у р н o г o i н в e н т а р я; с л e д и т з a в н e ш н и м в и д o м, ч и с т o т o й и o п р я т н o с т ь ю ф и з к у л ь т у р н o й ф o р м ы; п р o я в л я e т п o д д e р ж к у и в з a и м o в ы р у ч к у п р и в ы п o л н e н и и з a д а н и й.</p>					
	Тема	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	<p><i>Физическая культура:</i> развивать умение лазать по гимнастической скамейки произвольным способом, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске. Поощрять активное участие в подготовке и уборке спортивного инвентаря. <i>Здоровье:</i> знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского</p>
	Цели	<p><i>Упражнять</i> - в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга, <i>Разучить</i> ходьбу</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; <i>Повторить</i></p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге в рассыпную, <i>Закреплять</i> умение ловить мяч, развивая ловкость и</p>	<p><i>Упражнять</i> - в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, - в беге в рассыпную, - в лазанье по</p>	

	<p>по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия, <i>Повторить</i> - перебрасывание мяча. <i>Подвижная игра</i> «Ловишки с ленточками» <i>Малоподвижная игра</i> «Сделай фигуру» 3* -разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, <i>Упражнять</i> в метании предметов на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто дальше бросит?» «Не задень», <i>Подвижная игра</i> «Мороз Красный Нос»</p>	<p>прыжки попеременно на правой и на левой ноге, продвигаясь вперед, <i>Упражнять</i> в ползании и переброске мяча. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» <i>Малоподвижная игра</i> «У кого мяч?» 6* -повторить ходьбу и бег между предметами, <i>Упражнять</i> в прыжках с продвижением вперед до предмета, в метании предметов на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Метко в цель», «Кто быстрее?» (прыжки) «Пройдем по мосточку» <i>Подвижная игра</i> «Мороз Красный Нос»</p>	<p>глазомер; <i>Повторить</i> ползание по гимнастической скамейке; <i>Упражнять</i> в сохранении устойчивого равновесия. <i>Подвижная игра</i> «Охотники и зайцы» <i>Малоподвижная игра</i> «Летает-не летает» 9* - - <i>упражнять</i> в ходьбе по гимнастической скамейке с различными положениями для рук, В перепрыгивании через шнуры, В прокатывании мячей друг другу. <i>Игровые упражнения:</i> «По мостику», «Через веревочку», «В ворота» <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса»</p>	<p>гимнастической скамейке, - в равновесии и в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса» 12– разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. <i>Игровые упражнения:</i> «Ведение шайбы между предметами» «Точный пас» <i>Подвижная игра</i> «Мы веселые ребята» «Мороз Красный Нос» <i>Малоподвижная игра</i> «Найди, где спрятано»</p>	<p>движения, с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале. <i>Социализация:</i> воспитание дружеских взаимоотношений между детьми в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. <i>Коммуникация:</i> формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать , объяснять. <i>Музыка:</i> развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.</p>
--	--	--	--	--	--

			<i>Малоподвижная игра «Найди, где спрятано»</i>			
--	--	--	---	--	--	--

Ян-варь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): в ы п о л н я е т х о д ь б у и б е г м е ж д у п р е д м е т а м и , н е з а д е в а я и х ; в ы п о л н я е т л а з а н ь е п о г и м н а с т и ч е с к о й с т е н к е , н е п р о п у с к а я р е е к ; п р и н и м а е т а к т и в н о е у ч а с т и е в п о д в и ж н ы х и г р а х и г р а х - с о р е в н о в а н и я х , с т р е м и т ь с я к с а м о с т o я т е л ь н о й o р г а н и з а ц и и и г р .					
	Тема	Занятия 13–15	Занятия 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24	<i>Физическая культура:</i> поддержка интереса детей к различным видам спорта, сообщение им наиболее важных сведений о спортивной жизни страны. <i>Здоровье:</i> поощрение самостоятельной организации дошкольниками подвижных игр, выполнения спортивных упражнений. <i>Социализация:</i> <i>продолжать развитие игровой деятельности; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками.</i> <i>Труд:</i> поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. <i>Безопасность:</i> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. <i>Познание:</i> развитие умение определять пространственные направления – вперед-назад, влево-вправо, вверх-вниз. <i>Музыка:</i> развивать умение выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. <i>Коммуникация:</i> развитие свободного общения со взрослыми и детьми.
	Цели	<i>Упражнять</i> - в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, - в прыжках с ноги на ногу, - в забрасывании мяча в кольцо; <i>Формировать</i> - устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. <i>Подвижная игра</i> «Медведи и пчелы» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i> 15* - повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; с мячом	<i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу; <i>Разучить</i> прыжок в длину с места; <i>Упражнять</i> в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. <i>Подвижная игра</i> «Совушка» 18* - <i>повторить</i> игровые упражнения с бегом и мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее» «Пробеги – не задень» <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем зайца»	<i>Повторить</i> ходьбу и бег между предметами, <i>Упражнять</i> в перебрасывании мячей друг другу, <i>Повторить</i> задание в равновесии. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» 21* - <i>повторить</i> игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием предметов на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Пробеги- не задень», «Кто дальше бросит»	<i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу, <i>Упражнения</i> в равновесии и прыжках; <i>упражнять</i> в лазанье по гимнастической скамейке . <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса» 24* - <i>повторить</i> игровые упражнения с бегом и прыжками; лазание по гимнастической стенке. <i>Игровые упражнения</i> «По местам», «Пробеги – не задень» «Кто быстрее» -	

		и кеглями. <i>Игровые упражнения</i> - ведение шайбы между предметами, -передача шайбы на клюшку друг другу, - «Сбей кеглю» <i>Подвижная игра</i> «Ловишки парами»		<i>Подвижная игра</i> «Мороз Красный Нос»	лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек.	
--	--	--	--	--	--	--

Февраль	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): выполняет непрерывный бег до 1,5 мин; выполняет ходьбу и бег, не наталкиваясь друг на друга: умеет лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек; принимает активное участие в играх, играх-соревнованиях, стремиться к самостоятельной организации подвижной игры; имеет представление о Российской Армии.					
	Тема	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36	<i>Физическая культура:</i> продолжать развивать психо-физические качества; поощрять активное стремление участвовать в играх с элементами соревнований. <i>Здоровье:</i> продолжать работу по укреплению здоровья детей. <i>Социализация:</i> расширение представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности. <i>Труд:</i> поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. <i>Безопасность:</i> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. <i>Познание:</i> развитие сенсорики. <i>Коммуникация:</i> совершенствовать умение
	Цели	<i>Упражнять</i> в ходьбе и беге враспынную, В беге до 1 мин, В сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре, <i>Повторить</i> упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. <i>Подвижная игра</i>	<i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки, Ходьбу и бег враспынную; <i>Закрепить</i> навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках, <i>Упражнять</i> в лазанье под дугу и отбивании	<i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами, <i>Разучить</i> метание в вертикальную цель; <i>Упражнять</i> в лазанье под палку и перешагивании через нее. <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» 33* - <i>повторить</i> игровые упражнения с	<i>Упражнять</i> в непрерывном беге, В лазанье по гимнастической скамейке, в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре, <i>Повторить</i> задания в прыжках и с мячом. <i>Подвижная игра</i>	

		«Охотники и зайцы» 27* - повторить игровые упражнения с шайбой; повторить лазанье по гимнастической стенке. Игровые упражнения: «Проведи- не задень» «Точный пас друг другу» «Кто выше» <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка»	мяча о землю. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» 30* - упражнять в метании предметов на дальность, Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто дальше» «Кто быстрее» <i>Малоподвижная игра</i> «Найди, где спрятано»	бегом и прыжками; метание предметов в цель и на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Точно в круг» «Кто дальше» <i>Подвижная игра</i> «Ловишки»	«Гуси-лебеди» 36* - построение в шеренгу, перестроение в колонну по 1; ходьба с выполнением заданий. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее» «Не попадись» «По мостику» <i>Подвижная игра</i> «Ловишки-перебежки» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i>	определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. <i>Музыка:</i> развитие музыкального слуха–выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.
	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e и н т e g p a ц и и o б p a з o в a т e л ь н ы х o б л a с т e й): в ы п o л н я e т х o д ь б у и б e г c и з м e н e н и e м т e m п a д в и ж e н и я , c п o в o р o т o м п o к o м a н д e в o c п и т a т e л я ; п р и н и м a e т a к т и в н o e y ч a с т и e в э с т a ф e т a x ; п o д г o т a в л и в a e т и y б и p a e т c п o p т и н в e н т a p ь к з a н я т и ю ; з н a e т з н a ч и м o c т ь ф и з и ч e c к и x y п p a ж н e н и й д л я o p г a н и з m a , o в a ж н o c т и ф и з и ч e c к и x y п p a ж н e н и й д л я з д o p o в ь я .					
Март	Тема	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	<i>Физическая культура:</i> продолжать обогащать двигательный опыт детей. <i>Здоровье:</i> осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Расширение представлений о важности для здоровья сна, движений. <i>Социализация:</i> Поощрение организации детьми знакомых подвижных игр, участия в играх с элементами соревнования. <i>Безопасность:</i> развивать умение
	Цели	<i>Упражнять</i> детей - в ходьбе колонной по 1, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; - в прыжках и перебрасывании мяча, развивая	<i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения, в рассыпную; <i>Разучить</i> прыжок в высоту с разбега;	<i>Повторить</i> ходьбу со сменой темпа движения; <i>Упражнять</i> в ползании по гимнастической скамейке, Равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра</i>	<i>Упражнять</i> в ходьбе с перестроением в колонны по 2 в движении; В метании в горизонтальную цель; В лазанье, в равновесии.	

	<p>ловкость и глазомер. <i>Разучить</i> ходьбу по канату с предметом на голове; <i>Подвижная игра</i> «Пожарные на учении <i>Эстафета</i> с большим мячом «Мяч водящему. 3* - повторить игровые упражнения с бегом; Упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер. <i>Игровые упражнения:</i> «Пас точно на клюшку», «Проведи – не задень» <i>Подвижная игра</i> «Горелки» <i>Малоподвижная игра</i> «Летает- не летает»</p>	<p><i>Упражнять</i> в метании мешочков в цель, В ползании между предметами. <i>Подвижная игра</i> «Медведи и пчелы» 6* - повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Ловкие ребята», «Кто быстрее» <i>Подвижная игра</i> «Карусель» <i>Игра малой подвижности по выбору детей.</i></p>	<p>«Стоп» 9* -упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании; <i>Повторить</i> игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Канатоходец», «Удочка» - игровое упражнение с прыжками <i>Эстафета с мячом</i> «Быстро передай» <i>Игра малой подвижности</i> «Угадай по голосу»</p>	<p><i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» 12* - упражнять в беге на скорость; <i>Разучить</i> упражнение с прокатыванием мяча; <i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Прокати – сбей», «Пробеги – не задень» <i>Подвижная игра</i> «Удочка» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i></p>	<p>ориентироваться в зале, на физкультурной площадке; соблюдать правила безопасного поведения во время непосредственно образовательной деятельности. <i>Труд:</i> продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спорт инвентаря. <i>Познание:</i> продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных. <i>Коммуникация:</i> продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности. <i>Музыка:</i> совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
--	---	--	---	---	--

Ап-рель	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e и н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й): выполняет ходьбу и бег между предметами, не задевая их; сохраняет устойчивое равновесие на повышенной
---------	---

площади опоре; занимает правильное и.п. при прыжках и приземляется мягко на полусогнутые ноги; выполняет лазанье по гимнастической стенке произвольным способом; проявляет честность, справедливость и взаимовыручку при проведении игрсоревнований.

Тема	Занятия 13–15	Занятия 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24	
Цели	<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу; <i>Упражнять</i> в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; В прыжках и метании. <i>Подвижная игра</i> «Медведь и пчелы» 15* - <i>упражнять</i> детей в чередовании ходьбы и бега; Повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом.</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег между предметами; <i>Разучить</i> прыжки с короткой скакалкой, <i>Упражнять</i> в прокатывании обручей. <i>Подвижная игра</i> «Стоп» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i> 18* - <i>упражнять</i> детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; <i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками и мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Пройди – не</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге колонной по 1 с остановкой по команде воспитателя; <i>Повторить</i> метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; <i>Упражнять</i> в ползании и сохранении устойчивого равновесия. <i>Подвижная игра</i> «Удочка» 21* - <i>повторить</i> бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее», «Мяч в кругу» <i>Подвижная игра</i> «Карусель»</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами; <i>Закреплять</i> навыки лазанья по гимнастической скамейке; <i>Упражнять</i> в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Горелки» <i>Малоподвижная игра</i> «Угадай, чей голосок?» 24* - <i>упражнять</i> в беге на скорость; <i>Повторить</i> игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии. <i>Игровые упражнения:</i> «Сбей кеглю»,</p>	<p><i>Физическая культура:</i> продолжать формировать умение выполнять действия по сигналу воспитателя; формирование умения правильного выполнения движений; закрепления умения выполнять ведущую роль в подвижной игре, во всех формах двигательной деятельности развитие у детей организованности, самостоятельности, инициативности, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. <i>Здоровье:</i> развивать умение заботиться о своем здоровье, воспитание потребности быть здоровым. Знакомство с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. <i>Социализация:</i> поддерживать интерес к различным видам игр,. <i>Безопасность:</i> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. <i>Музыка:</i> упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>

			задень», «Догони обруч», «Перебрось и поймай» <i>Эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка»</i> <i>Малоподвижная игра «Кто ушел?»</i>		«Пробеги – не задень», «С кочки на кочку».	
--	--	--	--	--	---	--

<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): выполняет ходьбу и бег легко и ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп; выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие; выполняет перестроения, повороты; участвует в упражнениях с элементами спортивных игр.</p>						
Май	Тема	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36	<p><i>Физическая культура:</i> Продолжать развитие психо-физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта детей, формирование у воспитанников потребности в двигательной активности. <i>Здоровье:</i> расширять представления о здоровом образе жизни, о значении выполнения физических упражнений. <i>Социализация:</i> продолжать приобщать к общепринятым правилам и нормам поведения со сверстниками и со взрослыми. <i>Безопасность:</i> продолжать приобщать детей к занятию спортом и закаливанию, развитие стремление заботиться о своем здоровье.</p>
	Цели	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; В сохранении устойчивого равновесия на повышенной опоре; <i>Повторить</i> упражнения в прыжках и с мячом. <i>Подвижная игра «Мышеловка»</i> <i>Малоподвижная</i></p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге колонной по 1 с перешагиванием через предметы; В перебрасывании мяча. <i>Разучить</i> прыжок в длину с разбега, <i>Подвижная игра «Не оставайся на полу»</i> <i>Малоподвижная игра «Найди и промолчи»</i> 30* - <i>развивать</i></p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами колонной по 1 и в рассыпную, <i>Развивать</i> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; <i>Повторить</i> упражнения в равновесии и с обручем. <i>Подвижная игра «Пожарные на учении»</i></p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу с изменением темпа движения; Прыжки между предметами. <i>Развивать</i> навык ползания по гимнастической скамейке, лежа на животе. <i>Подвижная игра «Караси и щука»</i> 36* - <i>упражнять</i> в ходьбе и беге с изменением темпа движения; Игровых</p>	

	<p><i>игра «Что изменилось»</i> <i>27* -упражнять</i> в беге с высоким подниманием бедра; <i>Развивать</i> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом. <i>Игровые упражнения:</i> «Проведи мяч», «Пас друг другу», «Отбей волан» <i>Подвижная игра</i> «Гуси-лебеди»</p>	<p>выносливость в непрерывном беге; <i>Упражнять</i> в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; <i>Повторить</i> игровые упражнения с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Прокати – не урони», «Кто быстрее» «Забрось в кольцо» <i>Подвижная игра</i> «Совушка»</p>	<p>33* - <i>повторить</i> бег на скорость; Игровые упражнения с мячом, в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее», «Ловкие ребята» <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» <i>Эстафета с мячом.</i></p>	<p>упражнениях с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч водящему», <i>Эстафета с мячом</i> «Передача мяча в колонне» (двумя руками назад) <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на земле»</p>	
--	---	--	--	--	--

**а) Основные задачи реализации образовательной области
«Физическая культура»
Старшая группа**

Задачи:

- 1) Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.
- 2) Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- 3) Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры, бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Закреплять умения лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- 4) Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
- 5) Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- 6) Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на велосипеде; кататься на самокате, отталкиваться одной ногой (правой, левой); ориентироваться в пространстве.
- 7) Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.
- 8) Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.
- 9) Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
- 10) Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.
- 11) Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.

б) Возрастные особенности развития детей с 5 до 6 лет

(старшая группа).

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие.

При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до 2000 рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к книгам и фильмам. Обычно рисунки представляют собой схематичные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предлагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности.

Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (2,4,6 сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (в том числе ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художественного образа к природному материалу (в этом случае ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд – по возрастанию или убыванию – до 10 различных предметов.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразование объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т.д.

Однако подобные решения окажутся правильными, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т.д.

Продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно – логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т.д.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активации.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно – ролевой игре и в повседневной жизни.

Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.

Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщающего способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

в)Содержание педагогической работы по освоению образовательной области.

Образовательная область «Физическая культура»

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.

Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве.

Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.

Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.

Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год—физкультурные праздники длительностью до 1 часа.

Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Основные движения

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

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

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

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

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

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

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

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами

(кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

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

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

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

Спортивные упражнения

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

Спортивные игры

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

Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от 7 уди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

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

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

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

Подвижные игры

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

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

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

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

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

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».
Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

г)Формы работы по реализации основных задач по видам физкультурной деятельности

Задачи: развитие физических качеств(скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация;

накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Старшая группа

Разделы (задачи, блоки)	Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность
1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.	Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -игровая	Занятия по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее	Игра Игровое упражнение Подражательные движения	Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные

	<p>-полоса препятствий</p> <p>-музыкально-ритмическая</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна</p> <p>-оздоровительная</p> <p>-коррекционная</p> <p>-полоса препятствий</p> <p>Физкультурные упражнения</p> <p>Коррекционные упражнения</p>			<p>встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>
--	---	--	--	---

<p>2.Общеразвивающие упражнения</p>	<p>Индивидуальная работа Подражательные движения</p> <p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые упражнения Подражательные движения Утренняя гимнастика: -классические - игровые -подражательные -ритмические</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс -подражательный комплекс - комплекс с предметами -классический -ритмические движения Физ.минутки Динамические паузы</p>	<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия</p>
--	--	---	---	--

<p>3.Подвижные игры</p>	<p>воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none">-оздоровительные упражнения-корректирующие упражнения-классические <p>Физкультурные упражнения</p> <p>Коррекционные упражнения</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Динамические паузы</p> <p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>движения</p> <p>Прогулка</p>			
--------------------------------	--	--	--	--

<p>4. Спортивные упражнения</p>	<p>Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна игры малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Динамическая пауза</p> <p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые (подводящие) упражнения</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности с элементами подводящих и</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игры большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p>	<p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые просмотры</p> <p>Совместные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>
--	---	---	--	--

<p>5.Спортивные игры</p>	<p>подражательных упражнений</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые (подводящие упражнения)</p> <p>Игры с элементами спортивных упражнений</p> <p>Дидактические игры</p> <p>Прогулка</p> <p>Тематические физкультурные занятия</p> <p>Игровые (подводящие упражнения)</p> <p>Игры с элементами</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игровые (подводящие) упражнения</p> <p>Занятия по физической культуре на улице</p>	<p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые просмотры</p> <p>Совместные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>
---------------------------------	---	--	--	--

	<p>спортивных упражнений</p> <p>Динамические паузы</p> <p>Спортивные игры</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Игровые (подводящие упражнения)</p> <p>Игры с элементами спортивных упражнений</p> <p>Дидактические игры</p> <p>Спортивные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники,</p> <p>День здоровья</p>	<p>Игровые (подводящие упражнения)</p> <p>Игры с элементами спортивных упражнений</p> <p>Спортивные игры</p>	<p>движения</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые просмотры</p> <p>Совместные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>
--	---	--	-----------------	--

6.Активный отдых				
------------------	--	--	--	--

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (6-7ЛЕТ)

2.5. РАЗВЕРНУТОЕ КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ) ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы* :

Выполняет правильно все виды основных движений,

Может прыгать на мягкое покрытие с высоты 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 различными способами.

Может перебрасывать набивные мячи (1 кг), бросать предметы в цель из разных и.п., 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 цел.

Умеет перестраиваться в колонны по 3 по 4, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета, соблюдать интервалы во время передвижения.

Выполняет физические упражнения из разных и.п.

Следит за правильной осанкой.

Ме- сяц	Тема и цели занятия 1-й недели	Тема и цели занятия 2-й недели	Тема и цели занятия 3-й недели	Тема и цели занятия 4-й недели	Виды интеграции образовательных областей
1	2	3	4	5	6
Сент ябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): в ы п о л н я е т х о д ь б у и б е г с с о б л ю д е н и е м д и с т а н ц и и , с о х р а н я е т п р а в и л ь н у ю о с а н к у в о в р е м я в ы п o л н e н и я ф и з и ч е с к и х у п р а ж н e н и й , с o х р а н я e т р а в н o в e с и e п р и х o д ь б e п o п o в ы ш e н н o й т o ч к e o п o р e ; з а н и м а e т п р а в и л ь н o e и . п . п р и п р ы ж к а х и м я г к o п р и з e м л я e т с я н а п o л y c o г н у т ы e н o г и .				
	Тема	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие –10-12
Цели	<p><i>Упражнять</i> в беге колонной по 1, в умении переходить с бега на ходьбу;</p> <p>В сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p><i>Развивать</i> точность движений при переброске мяча.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Ловишки»</p> <p>3* - <i>упражнять</i> в равномерном беге и беге с ускорением;</p> <p><i>Знакомить</i> с прокатыванием обручей,</p> <p><i>Повторить</i></p>	<p><i>Упражнять</i> в равномерном беге с соблюдением дистанции,</p> <p><i>Развивать</i> координацию движений в прыжках с доставанием до предмета,</p> <p><i>Повторить</i> упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу»</p> <p><i>Малоподвижная игра</i> «Летает – не летает!»</p> <p>6* - <i>упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами, в</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов,</p> <p>Развивать ловкость в упражнениях с мячом,</p> <p>координацию движений в задании на равновесие,</p> <p><i>Повторить</i> упражнение на переползание по гимнастической скамейке.</p> <p>9* - <i>упражнять</i> в чередовании ходьбы и бега,</p> <p><i>Развивать</i> быстроту и точность движения при передаче мяча,</p>	Диагностика	

		прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед <i>Игровые упражнения:</i> «Ловкие ребята», «Пингвины», «Догони свою пару» <i>Подвижная игра</i> «Вершки и корешки»	прокатывании обручей друг другу <i>Игровые упражнения:</i> «Быстро встань в колонну!» «Прокати обруч» <i>Подвижная игра</i> «Совушка» <i>Малоподвижная игра</i> «Великаны и гномы»	ловкость в ходьбе между предметами. <i>Игровые упражнения:</i> «Быстро передай», «Пройди -не задень» <i>Подвижная игра</i> «Совушка» <i>Малоподвижная игра</i> «Летает –не летает»		общения со взрослыми и детьми. <i>Музыка:</i> развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.
--	--	---	---	---	--	--

1	2	3	4	5	6
Сентябрь					<i>Безопасность:</i> формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни, приобщение детей к занятиям спортом и закаливанию; продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр.
Октябрь	Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег между предметами, с преодолением препятствий; выполняет прыжки, приземляясь на полусогнутые ноги; выполняет ведение мяча в прямом направлении, «Змейкой»; проявляет интерес к физкультуре и спорту, выполняет упражнения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.				
	Тема	Занятия 13–15	Занятия 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24
	Цели	<i>Закреплять</i> навык ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на	<i>Упражнять</i> в ходьбе с изменением направления движения по сигналу, <i>Отрабатывать</i>	<i>Упражнять</i> в ходьбе с высоким подниманием колен, <i>Повторить</i> упражнение в ведении мяча,	<i>Закреплять</i> навык ходьбы со сменой темпа движения, <i>Упражнять</i> в беге враспынную, в ползании на

		<p>повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p> <p><i>Подвижная игра «Перелет птиц»</i> 15* -упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом,</p> <p><i>Повторить</i> задания с прыжками.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Перебрось – поймай» «Не попадись» «Фигуры»</p>	<p>навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки;</p> <p><i>Развивать</i> координацию движений в упражнениях с мячом.</p> <p><i>Подвижная игра «Не оставайся на полу»</i></p> <p><i>Малоподвижная игра «Эхо»</i> 18* - <i>повторить</i> бег в среднем темпе до 1,5 мин; развивать точность броска, Упражнять в прыжках.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Кто самый меткий», «Перепрыгни – не задень»</p> <p><i>Подвижная игра «Совушка»</i></p>	<p>ползании, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p><i>Подвижная игра «Удочка»</i></p> <p><i>малоподвижная игра «Летает – не летает»</i></p> <p>21* - <i>закреплять</i> навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя;</p> <p><i>развивать</i> точность в упражнениях с мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Успей выбежать», «Мяч водящему»</p> <p><i>Подвижная игра «не попадись»</i></p>	<p>четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p><i>Подвижная игра «Удочка»</i> 24* - <i>повторить</i> ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе;</p> <p><i>Упражнять</i> в прыжках и переброске мяча.</p> <p><i>Игровые упражнения «Лягушки», «Не попадись»</i></p> <p><i>Подвижная игра «Ловишки с ленточками»</i></p> <p><i>Игра «Эхо»</i></p>	<p>народных игр.</p> <p><i>Социализация:</i> развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении норм и правил поведения.</p> <p><i>Безопасность:</i> развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье.</p> <p><i>Коммуникация:</i> побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности.</p> <p><i>Музыка:</i> организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыкальное сопровождение.</p>
Ноябрь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e i н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й): у м e e т с o б л ю д а т ь з a д a н н ы й т e м п в х o д ь б e и б e г e; п o л ь з у e т с я s п e c и a л ь н ы м и ф и з и ч e с к и м и у п р a ж н e н и я м и д л я у к р e п л e н и я s в o e г o o p г a н и з м a; п р и н и м a e т a к т и в н o e y ч a с т и e в п o д г o t o в k e и y б o p k e c п o p т и н в e н т a р я; o p i e н т и р у e т с я в п p o c т p a н c т в e, c л e д и т з a c в o и м в н e ш н и м в и d o м.</p>					
	Тема	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36	<i>Физическая культура:</i> закреплять умение

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

		«Мышеловка» <i>Малоподвижная игра</i> «Затейники»	<i>Игра</i> «Затейники»		«Хитрая лиса» <i>Малоподвижная игра</i> по выбору детей.	
	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): у м е е т с о б л ю д а т ь з а д а н н ы й т е м п в х о д ь б е; п р и д у м ы в а е т в а р и а н т ы и г р; п р о г о в а р и в а е т н а з в а н и е ф и з и ч е с к и х у п р а ж н е н и й, з н а е т и х в л и я н и е н а o р г а н и з м, o ц e н и в а е т к а ч e c t в o u п р a ж н e н и й в ы п o л н e н и я д р у г и м и д e т ь м и, к а к c a м в ы п o л н я e т; у м e e т р e ш a т ь c п o р н ы е в o п р o c ы в п р o c e c c e д в и г a т e л ь н o й д e я т e л ь н o c t и, п р o я в л я e т в з a и м o в ы р у ч к y.					
	Тема	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	<i>Физическая культура:</i> закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе; развивать умение придумывать варианты игр, проявляя творческие способности. <i>Здоровье:</i> развитие творчества, самостоятельности, инициативы в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. <i>Социализация:</i> развитие инициативы, организаторских способностей, умения действовать в команде. <i>Коммуникация:</i> продолжать формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать, объяснять. Побуждать к называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности. <i>Музыка:</i> развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением. <i>Труд:</i> поощрять желание подготавливать и убирать спортивный инвентарь к занятиям, после занятий.
Декабрь	Цели	<i>Упражнять</i> в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; В сохранении устойчивого равновесия при ходьбе в усложненной ситуации. <i>Развивать</i> ловкость в упражнениях с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса» 3* - повторить ходьбу в колонне по 1 с остановкой по сигналу воспитателя, <i>Упражнять</i> в продолжительно	<i>Упражнять</i> в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно, <i>Повторить</i> упражнения в ползании и эстафету с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Салки с ленточкой» <i>Малоподвижная игра</i> «Эхо» 6* - упражнять в ходьбе в колонне по 1 с выполнением заданий по	<i>Повторить</i> ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением, <i>Упражнять</i> в перебрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер, <i>Упражнять</i> в ползании на животe, в равновесии. <i>Подвижная игра</i> «Попрыгунчики – воробушки» 9* - упражнять в ходьбе и беге колонной по 1, В ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя,	<i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону, <i>Упражнять</i> в ползании по скамейке «помедвежьи», <i>Повторить</i> упражнения в прыжках и на равновесие. <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса» <i>Малоподвижная игра</i> «Эхо» 12* - упражнять в ходьбе между предметами, <i>Разучить игровое задание</i> «Точный пас», <i>Развивать</i> ловкость и	

		м беге до 1, 5 мин, <i>Повторить</i> упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Пройди – не задень», «Пас на ходу», <i>Подвижная игра</i> «Совушка»	сигналу воспитателя, <i>Повторить</i> игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание. <i>Игровые упражнения:</i> «Пройди – не урони», «Из кружка в кружок», «Стой» - <i>игровое упражнение</i>	<i>Повторить</i> задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие. <i>Игровые упражнения:</i> «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди – не урони» <i>Подвижная игра</i> «Лягушки и цапля» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i>	глазомер при метании снежков на дальность. <i>Игровые задания</i> «Точный пас», «Кто дальше бросит», «По дорожке на одной ножке» <i>Подвижная игра</i> «Два Мороза»	
Ян-варь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e i н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й): с o х р а н я e т п р а в и л ь н у ю o с а н к у в р а з л и ч н ы х в и д а х д e я т e л ь н o с т и, п р o я в л я e т i н т e р e с к ф и з k y л ь т у р e, п р o г o в a р и в a e т н a з в a н и e ф и з и ч e с k и х у п р a ж н e н и й и з н a e т i x в л и я н и e н a o p g a n и з m.					
	Тема	Занятия 13–15	Занятия 16–18	Занятие 19–21	Занятие 22–24	<i>Физическая культура:</i> развивать потребность в сохранении правильной осанки в различных видах деятельности, упражнять в статическом и динамическом равновесии, в координации движений на ориентировку в пространстве.. <i>Поддерживать</i> интерес к физической культуре и спорту. <i>Здоровье:</i> расширять представление о значении физических упражнений для организма. <i>Социализация:</i> развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении правил и норм поведения. <i>Безопасность:</i> развитие желания сохранять и
	Цели	<i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег в рассыпную по сигналу воспитателя, <i>Упражнения</i> в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через	<i>Повторить</i> ходьбу с выполнением заданий для рук, <i>Упражнять</i> в прыжках в длину с места, <i>Развивать</i> ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	<i>Упражнять</i> в ходьбе и беге с дополнительными заданиями, <i>Развивать</i> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, <i>Повторить</i> лазанье под шнур. <i>Подвижная игра</i> «Удочка»	<i>Повторить</i> ходьбу и бег с изменением направления движения, <i>Упражнять</i> в ползании на четвереньках, <i>Повторить</i> упражнения на равновесие и в прыжках. <i>Подвижная игра</i>	

		<p>препятствия. <i>Подвижная игра</i> «День и ночь» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i> 15* - <i>упражнять</i> в ходьбе в колонне по 1, беге между предметами, Ходьбе и беге в рассыпную, <i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками, подвижную игру «Два Мороза» <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее?», «По дорожке на одной ножке», <i>Подвижная игра</i> «Два Мороза».</p>	<p><i>Подвижная игра</i> «Совушка» 18* - провести игровое упражнение «Снежная королева», упражнения с элементами хоккея, игровое упражнение с метанием предметов вдаль, игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки».</p>	<p>21* - <i>упражнять</i> в ходьбе между предметами, разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны зала на другую. <i>Подвижная игра</i> «Два Мороза».</p>	<p>«Паук и мухи» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i> 24* - <i>повторить</i> ходьбу между предметами, разучить игру «По местам!» <i>Игровые упражнения:</i> «По дорожке на одной ножке» «По местам», «Поезд»</p>	<p>укреплять свое здоровье. <i>Познание:</i> развитие ориентировки в пространстве. <i>Коммуникация:</i> формировать умение отстаивать свою точку зрения. <i>Музыка:</i> проведение подвижных игр и соревнований под музыкальное сопровождение.</p>
Февраль	<p>Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие на повышенной опоре; точно перебрасывает мяч напарнику, пролезает в обруч правым/левым боком; подлезает под дугу в группировке; энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках; имеет представление о Российской Армии; активно участвует в подвижных играх, придумывает варианты игр, стремится к самостоятельной организации игр; умеет отстаивать свою точку зрения.</p>					
	Тема	Занятия 25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36	<p><i>Физическая культура:</i> продолжать развивать психо-физические качества; поощрять активное стремление участвовать в играх с элементами соревнований. <i>Здоровье:</i> продолжать работу по</p>
	Цели	<p><i>Упражнять</i> в сохранении равновесия при</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге с выполнением</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу со сменой темпа движения,</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе в колонне по 1 с</p>	

		<p>ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола и прыжках, <i>Повторить</i> упражнения в прыжках, в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. <i>Подвижная игра</i> «Ключи» 27* -упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя, <i>Повторить</i> игровое упражнение с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.</p>	<p>упражнений для рук, <i>Разучить</i> прыжки с подскоком, <i>Упражнять</i> в переброске мяча, повторить лазанье в обруч. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» 30* -упражнять в ходьбе с выполнением заданий, повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. <i>Подвижная игра</i> «Фигуры», «Затейники»</p>	<p><i>Упражнять</i> в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге, В метании предметов, <i>Повторить</i> упражнения на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания. <i>Подвижная игра</i> «Не попадись» 33* - упражнять в ходьбе с выполнением заданий, повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. <i>Подвижная игра</i> «Карусель».</p>	<p>выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами, <i>Повторить</i> упражнения на равновесие и прыжки. <i>Подвижная игра</i> «Жмурки» 36* - упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; игровые упражнения с метанием предметов и прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «не попадись», <i>Подвижные игры</i> «Белые медведи», «Карусель» <i>Малоподвижная игра</i> «Затейники»</p>	<p>укреплению здоровья детей. <i>Социализация:</i> расширение представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности. <i>Труд:</i> поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. <i>Безопасность:</i> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. <i>Познание:</i> развитие сенсорики. <i>Коммуникация:</i> совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. <i>Музыка:</i> развитие музыкального слуха–выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.</p>
Март	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а (н а о с н о в e и н т e g p a ц и и o б p a з o в a т e л ь н ы х o б л a с т e й):					
	Тема	Занятия 1–3	Занятия 4–6	Занятие 7–9	Занятие 10–12	<i>Физическая культура:</i> продолжать

Цели	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами, в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с дополнительным заданием, <i>Повторить</i> задание в прыжках, эстафету с мячом.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Ключи»</p> <p>3* - <i>повторить</i> упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Бегуны», «Лягушки в болоте», «Мяч о стенку»</p> <p><i>Игра</i> «Совушка»</p> <p><i>Малоподвижная игра.</i></p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе в колонне по 1, беге врассыпную, <i>Повторить</i> упражнения в прыжках, ползании, Задания с мячом.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Затейники»</p> <p><i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i></p> <p>6* - <i>упражнять</i> в беге и прыжках, <i>Развивать</i> ловкость в заданиях с мячом.</p> <p><i>Игра с бегом</i> «Мы веселые ребята», «Охотники и утки» - с мячом.</p> <p><i>Игра</i> «Тихо – громко»</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу с выполнением заданий, <i>Упражнять</i> в метании предметов в горизонтальную цель, <i>Повторить</i> упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Волк во рву»</p> <p><i>Малоподвижная игра.</i></p> <p>9* - <i>упражнять</i> в беге на скорость, <i>повторить</i> игровые упражнения с прыжками и с мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Кто скорее до мяча», «Пас ногой», «Ловкие зайчата»</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Горелки»</p> <p><i>Малоподвижная</i></p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег с выполнением заданий, <i>Упражнять</i> в лазаньи на гимнастическую стенку, повторить упражнения на равновесие и прыжки.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Совушка», <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i></p> <p>12* - <i>повторить</i> упражнения с бегом, прыжками и мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Салки-перебежки», «Передача мяча в колонне», «Удочка» «Горелки».</p>	<p>обогащать двигательный опыт детей.</p> <p><i>Здоровье:</i> продолжать развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.</p> <p><i>Социализация:</i> развивать умение использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры, справедливо оценивать результаты игры, интерес к народным играм.</p> <p><i>Безопасность:</i></p> <p><i>Труд:</i> продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спорт инвентаря.</p> <p><i>Познание:</i> продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных.</p> <p><i>Коммуникация:</i> продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности.</p> <p><i>Музыка:</i> совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
------	--	---	--	--	---

				игра «Эхо»		
	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): выполняет правильно все виды основных движений; выполняет физические упражнения из разных и.п. четко и ритмично, следит за осанкой; метает предметы правой и левой рукой вдаль; активно участвует в играх-соревнованиях, проявляет взаимовыручку, поддерживает своих товарищей, действует в команде.</p>					
	Тема	Занятия 13–15	Занятие 16-18	Занятие 19–21	Занятие 22–24	<p><i>Физическая культура:</i> закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; совершенствование активного движения кисти руки при броске, закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх, способствующих развитию психофизических качеств, координации движений, умения ориентироваться в пространстве.</p> <p><i>Здоровье:</i> обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего дня в ходе подвижных, спортивных, народных игр и физических упражнений. Расширение представлений о роли солнечного света, воздуха, воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.</p> <p><i>Социализация:</i> развитие умения действовать в команде.</p> <p><i>Безопасность:</i> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.</p> <p><i>Музыка:</i> упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
Ап- рель	Цели	<p><i>Повторить</i> игровое упражнение в ходьбе и беге, <i>Упражнять</i> на равновесие, в прыжках, с мячом.</p> <p><i>Подвижная игра «Хитрая лиса» 15* - повторить</i> игровое упражнение с бегом, Игровые задания с мячом, с прыжками.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Быстро в шеренгу», «Перешагни – не задень», «С кочки на кочку»</p> <p><i>Подвижная игра «Охотники и утки»</i></p>	<p><i>Повторить</i> упражнения в ходьбе и беге, <i>Упражнять</i> в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мячей друг другу.</p> <p><i>Подвижная игра «Мышеловка» 18* - повторить</i> игровое задание с ходьбой и бегом, Игровые упражнения с прыжками и с мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Пас ногой», «Пингвины»</p> <p><i>Подвижная игра «Горелки»</i></p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе в колонне по 1, в построении в пары (колонна по 2), В метании мешочков на дальность, В ползании, в равновесии.</p> <p><i>Подвижная игра «Затейники» 21* - повторить</i> бег на скорость, <i>Упражнять</i> в заданиях с прыжками, в равновесии.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Перебежки», «Пройди – не задень», «Кто дальше прыгнет», «Пас ногой», «Поймай мяч»</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег с выполнением заданий, Упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.</p> <p><i>Игровое упражнение «По местам»</i></p> <p><i>Подвижная игра «Салки с ленточкой» 24* - повторить</i> игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Передача мяча в колонне», <i>Подвижная игра «Лягушки в болоте» (с</i></p>	

		<i>Малоподвижная игра «Великаны и гномы».</i>		<i>Малоподвижная игра «Тихо – громко»</i>	прыжками) <i>Подвижная игра «Горелки»</i> <i>Малоподвижная игра «Великаны и гномы»</i>	
	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а (н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й): следит за осанкой, выполняет элементарные правила безопасного поведения во время различных игр и физических упражнений; выполняет ходьбу бег в колонне по1, перестраивается по сигналу в круг, в колонны по 2, по 3, по 4.					
	Тема	Занятия25–27	Занятия 28–30	Занятие 31–33	Занятие 34–36	<i>Физическая культура:</i> совершенствование техники основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и в высоту с разбега. Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. <i>Социализация:</i> воспитание доброжелательности, готовности выручить сверстника, развитие умения считаться с интересами и мнением товарищей по игре, справедливо решать споры. <i>Труд:</i> закреплять умение замечать и устранять беспорядок во внешнем виде, тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в одежде, в причёске; закреплять умение подготавливать и убирать спортивный инвентарь к занятию. <i>Безопасность:</i> развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. Закрепление правил безопасного поведения во время игр в разное время года.
Май	Цели	Повторить упражнения в ходьбе и беге, В равновесии при ходьбе по повышенной опоре, В прыжках с продвижением вперед на одной ноге, в бросании мяча о стенку. <i>Подвижная игра «Совушка», Малоподвижная игра «Великаны и гномы»</i> 27* - упражнять в продолжительном беге, развивая выносливость; <i>развивать</i> точность движений при	<i>Упражнять</i> в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, <i>повторить</i> упражнения с мячом. <i>Подвижная игра «Горелки», Малоподвижная игра «Летает – не летает»</i> 30* - упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий, <i>Повторить</i> упражнения с мячом, в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Ловкие	<i>Упражнять</i> в ходьбе и беге в колонне по 1, по кругу, В ходьбе и беге враспынную, в метании предметов на дальность, в прыжках, в равновесии. <i>Подвижная игра «Воробы и кошка»</i> 33* - <i>упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами, В ходьбе и беге враспынную, <i>Повторить</i> задания с мячом и прыжками. <i>Игровые упражнения:</i>	<i>Упражнять</i> в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу, повторить упражнения в лазании на гимнастическую стенку, <i>Упражнять</i> в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках. <i>Подвижная игра «Охотники и утки»</i> <i>Малоподвижная игра «Летает – не летает».</i> 36* - <i>повторить</i> игровые	

	<p>переброске мяча друг другу в движении, <i>Упражнять</i> в прыжках через короткую скакалку, повторить упражнения в равновесии с дополнительным заданием. <i>Игровые упражнения:</i> «Пас на ходу», «Брось – поймай», Прыжки через короткую скакалку. <i>Игра по выбору детей.</i></p>	<p>прыгуны», «Проведи мяч», «Пас друг другу» <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка».</p>	<p>«Мяч водящему», «Кто скорее до кегли» <i>Индивидуальные игры с мячом.</i> <i>Подвижная игра</i> «Горелки»</p>	<p>упражнения с бегом и ходьбой, <i>Упражнять</i> в заданиях с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «По местам», «Кто быстрее», «Пас ногой», «Кто выше прыгнет» <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на земле»</p>	
--	---	---	--	--	--

**а) Основные задачи реализации образовательной области
«Физическая культура»
Подготовительная группа**

Задачи:

- 1) Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности; сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
- 2) Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
- 3) Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном педагогом темпе.

- 4) Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
- 5) Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.
- 6) Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
- 7) Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
- 8) Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
- 9) Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.
- 10) Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
- 11) Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

б) Возрастные особенности детей с 6 до 7 лет

(подготовительная к школе группа)

В сюжетно-ролевых играх дети начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации (свадьбу, рождение ребенка, болезнь и т.д.).

Игровые действия становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем.

Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек (мальчики чаще изображают технику, космос, военные действия и т.д., а девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т.д.).

Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т.д.

Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями.

При правильном подходе у детей формируются художественно – творческие способности в изобразительной деятельности.

Дети подготовительной к школе группы в значительной степени освоили конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа, как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки.

Дети быстро и правильно подбирают материал. Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; способны выполнять различные по степени сложности постройки, как по собственному замыслу, так и по условиям.

В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям – он важен для углубления их пространственных представлений.

Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Это легко проверить, предложив детям воспроизвести на листе бумаги образец, на котором нарисованы 9 точек, расположенных не на одной прямой. Как правило, дети не воспроизводят метрические отношения между точками: при наложении рисунков друг на друга точки детского рисунка не совпадают с точками образца.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д.

В результате правильно организованной образовательной работы у дошкольников развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

в) Содержание педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура» в подготовительной группе

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

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

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Упражнять в перелезании с пролета на пролег гимнастической стенки по диагонали.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год—физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедр), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимназическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку, Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

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

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

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый - второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

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

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам.

Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч).

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

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

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

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

Спортивные упражнения

Катание на санках. Поднимать во время спуска заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать поворот. Участвовать в играх — эстафетах с санками.

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

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мячи друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

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

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

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

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

Подвижные игры

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

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

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

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

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

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

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

г) **Формы работы по реализации основных задач по видам физкультурной деятельности**

Задачи: развитие физических качеств(скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация;

накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Подготовительная к школе группа

Разделы (задачи, блоки)	Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность
<p>1.Основные движения:</p> <p>-ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p>	<p>Утренний отрезок времени</p> <p>Индивидуальная работа воспитателя</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> -классическая -игровая -полоса препятствий -музыкально-ритмическая -аэробика <p>Подражательные движения</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p>	<p>Занятия по физическому воспитанию:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее -по развитию элементов двигательной креативности (творчества) 	<p>Игра</p> <p>Игровое упражнение</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые просмотры</p> <p>Совместные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>

<p>2.Общеразвивающие упражнения</p>	<p>Индивидуальная работа</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Занятие-поход</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна</p> <p>-оздоровительная</p> <p>-коррекционная</p> <p>-полоса препятствий</p> <p>Физкультурные упражнения</p> <p>Коррекционные упражнения</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Утренняя гимнастика:</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию:</p>	<p>Игровое упражнение</p> <p>Игра</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация</p>
--	---	--	---	-----------------------------

	<p>-классические</p> <p>- игровые</p> <p>-подражательные</p> <p>-ритмические</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <p>-оздоровительные упражнения</p> <p>-корректирующие упражнения</p> <p>-классические</p>	<p>-сюжетный комплекс</p> <p>-подражательный комплекс</p> <p>- комплекс с предметами</p> <p>Физ.минутки</p> <p>Динамические паузы</p>		<p>Открытые просмотры</p> <p>Совместные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>
--	---	---	--	--

<p>3.Подвижные игры</p>	<p>Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Динамические паузы</p> <p>Утренний отрезок времени Игровые упражнения движения</p> <p>Прогулка Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна игры малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Подражательные движения Подвижная игра большой и</p>	<p>Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p>	<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Совместные занятия</p>
--------------------------------	--	---	---	--

<p>4. Спортивные упражнения</p>	<p>малой подвижности</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Динамическая пауза</p> <p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые (подводящие) упражнения</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности с элементами подводящих и подражательных упражнений</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Физкультурные упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>В занятиях по физическому воспитанию игровые (подводящие) упражнения</p> <p>Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p>	<p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые просмотры</p> <p>Совместные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>
--	--	--	--	--

<p>5.Спортивные игры</p>	<p>Утренний отрезок времени</p> <p>Игровые (подводящие упражнения)</p> <p>Игры с элементами спортивных упражнений</p> <p>Дидактические игры</p> <p>Прогулка</p> <p>Занятия по физической культуре на улице</p> <p>Игровые (подводящие упражнения)</p> <p>Игры с элементами спортивных упражнений</p> <p>Спортивные игры</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Игровые (подводящие упражнения)</p> <p>Игры с элементами спортивных упражнений</p> <p>Дидактические игры</p>	<p>Тематические физкультурные занятия</p> <p>Игровые (подводящие упражнения)</p> <p>Игры с элементами спортивных упражнений</p> <p>Динамические паузы</p>	<p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые просмотры</p> <p>Совместные игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи.</p> <p>Совместные занятия</p>
---------------------------------	--	---	--	--

6.Активный отдых

Физкультурный досуг
Физкультурные праздники
День здоровья

3.Способы проверки знаний, умений и навыков в области «Физическая культура»

Определение уровня сформированности быстроты.

1. Бег на 30м

Предварительная работа. На беговой дорожке (ширина – 3 м, длина – 10х4 м) отмечают линии старта и финиша. На расстоянии 3 м вперёд от финиша устанавливают яркий ориентир, чтобы дети не снижали скорость задолго до финишной линии. Готовят флажок для взмаха, секундомер. 2 попытки с перерывом в 5 минут.

Методика обследования. Инструктор проводит несколько разогревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног, для детей 4-5 лет - наклоны, приседания;

для детей 6-7 лет - комплекс ОРУ «Рисуем шары»:

1. «Рисуем головой». И.п. - ноги на ширине плеч, руки на поясе. Круговые движения головой в разные стороны (по четыре раза).
2. «Рисуем локтями». И.п. - ноги на ширине плеч, руки к плечам. 1-2 - круговые движения локтями вперед; 3-4 - круговые движения локтями назад (по четыре раза).
3. «Рисуем туловищем». И.п. - ноги на ширине плеч, руки на поясе. Круговые движения туловищем сначала влево, потом вправо (по три раза).
- 4- «Рисуем коленом». И.п. - одна нога, согнутая в колене, поднята и отведена в сторону, руки на поясе. 1-3 - круговое движение коленом левой (правой) ноги; 4 - вернуться в и.п. (по три раза).
- 5- «Рисуем стопой». И.п. — одна нога согнута в колене и поднята, руки на поясе. Вращательные движения стопой в разные стороны (по восемь раз).

После разминки детям 4-5 лет инструктор предлагает добежать до игрушки,

а детям 6 -7 лет - до яркой стойки как можно быстрее («Представьте, что вы самое быстрое животное»). Затем инструктор с секундомером и протоколом занимает позицию на финише и фиксирует количественные и качественные показатели. Воспитатель вызывает на старт двух детей - двух мальчиков или двух девочек (остальные дети стоят или сидят на гимнастической скамейке). На старте дети принимают удобную им позу.

Воспитатель подает команды: «Внимание» (поднимает флажок), «Марш» (опускает его). Во время бега дети подбадривают друг друга, называя по имени. На старте возвращаются шагом и делают вторую попытку.

Количественный показатель: время бега 30 м со старта (в сек.).

Проводят в Низкий Средний Высокий
конце года!

Группа	Низкий	Средний	Высокий
II младшая	12,7-10,2	10,2-9,8	9,8-8,5
Средняя	10,7-9,3	9,2-8,8	8,8-7,9
Старшая	9,2-8,3	8,3-7,3	7,7-7,3
Подготовительная	8,7-7,9	7,2-7,3	7,3-6,8

Качественные показатели:

Младший возраст

1. Туловище прямое (или немного наклонено).
2. Выраженный момент «полета».
3. Свободные движения рук.
4. Соблюдение направления с опорой на ориентиры.

Средний возраст

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед - внутрь.
3. Быстрый вынос бедра маховой ноги (примерно под углом 40-50 градусов).
4. Ритмичность бега.

Старший возраст

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед - внутрь.
3. Быстрый вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 60-70 градусов).
4. Прямолинейность, ритмичность бега.

Высокий уровень – соответствие всем показателям.

Средний уровень - соответствие трем показателям.

Низкий уровень - соответствие двум показателям.

2. Средние показатели быстроты бега на 10 м (с ходу).

Проводят в конце

Мальчики

Девочки

года. Проведение

такое же, как при беге

на 30 м. Возраст

Средний результат	Пределы колебаний		Средний результат	Пределы колебаний
3 года	3,17	+ -0,09	3,24	+ -0,08
4 года	2,92	+ -0,08	2,94	+ -0,07
5 лет	2,35	+ -0,032	2,41	+ -0,034
6 лет	2,1	+ -0,024	2,2	+ -0,026
7 лет	1,96	+ -0,032	2,0	+ -0,027

(+) -это низкий результат, (-) -высокий.

3. Средние показатели быстроты бега на 10 м (со старта).

Проводят в конце года. возраст	Мальчики		Девочки	
	Пределы колебаний	Средний результат	Пределы колебаний	Средний результат
5 лет	2,9	+ -0,03	3,4	+ -0,06
6 лет	2,6	+ -0,02	2,7	+ -0,023
7 лет	2,5	+ -0,03	2,6	+ -0,026

Определение уровня сформированности скоростно-силовых качеств

1. Прыжок в длину с места.

Предварительная работа. В зале кладут мат и сбоку мелом наносят разметку (через каждые 10 см на дистанции 2 м).

Методика обследования. С целью предупреждения травм сначала проводится разминка, которая позволяет разогреть мышцы стоп, голени, бедра.

Детям 4-5 лет предлагают попрыгать, как зайчики (прыжки с продвижением вперед);

дети 6-7 лет выполняют имитационное упражнение «Лыжник». «Надели одну лыжу, другую (стопы поставили параллельно на расстоянии 15 см), взяли в руки одну, вторую палку (руки согнуты в локтях), поехали (ноги полусогнуты, движение согнутых рук вперед, назад), приготовились к прыжку с трамплина (ноги параллельны, полусогнуты, руки отведены назад, туловище наклонено вперед), прыгают (полет, приземление: ноги на ширине плеч, руки впереди).

После разминки инструктор предлагает детям 4-5 лет встать около черты и перепрыгнуть через ручеек (50 см) на другой берег (мат);

детям 6-7 лет (70 см до мата) - встать около черты и допрыгнуть до яркой стойки. Инструктор, стоя рядом с разметкой, фиксирует расстояние от черты до места приземления пятками (количественные показатели), а также качественные показатели. Каждый ребенок делает три попытки, записывается в протокол лучшая.

Количественный показатель:	Низкий	Средний	Высокий
длина прыжка с места (в см). Группа			
II младшая 4 года	51,1-58	58-73,8	73,9 и >
Средняя 5 лет	66 – 85 и <	85 - 124	125 и >
Старшая 6 лет	77,7 – 90 и <	90-149	150 и >
Подготовитель	80 – 124 и <	125-154	155 и >

ьяная 7 лет

Качественные показатели.

Младший возраст

1. И.п.: чуть присев на слегка расставленных ногах.
2. Толчок: отталкивание одновременно двумя ногами.
3. Полет: ноги слегка согнуты, положение рук свободное.
4. Приземление: мягкое, на обе ноги.

Средний возраст

1. И.п.: а) ноги параллельно, на ширине ступни друг от друга; б) полуприседание с наклоном туловища; в) руки слегка отведены назад.
2. Толчок: а) двумя ногами одновременно; б) мах руками вверх - вперед.
3. Полет: а) руки вперед-вверх; б) туловище и ноги выпрямлены.
4. Приземление: а) одновременно на обе ноги, с пятки на носок, мягко; б) положение рук свободное.

Старший возраст

1. И.п.: а) ноги параллельно, на ширине ступни друг от друга; б) полуприседание с наклоном туловища; в) руки слегка отведены назад.
2. Толчок: а) двумя ногами одновременно; б) выпрямление ног; в) резкий мах руками вперед-вверх.
3. Полет: а) руки вперед-вверх; б) туловище согнуто, голова вперед; в) полусогнутые ноги вперед.
4. Приземление: а) одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с перекатом с пятки на всю ступню; б) колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; в) руки движутся свободно вперед - в стороны; г) сохранение равновесия при приземлении.

Высокий уровень - соответствие всем показателям.

Средний уровень - соответствие трем показателям.

Низкий уровень - соответствие двум показателям

2. Прыжок в длину с разбега (старшие группы).

1. а) равноускоренный разбег длиной на носках, корпус слегка наклонен вперед; б) энергичная работа полусогнутых в локтях рук, корпус выпрямлен;
2. Толчок: а) толчковая нога, почти прямая, ставится на всю ступню, маховая нога выносится вперед – вверх; б) прямое положение туловища;

3. Полёт: а) маховая нога вперёд – вверх, к ней подтягивается толчковая нога, туловище почти прямое, одна нога идёт вверх, другая – несколько в сторону; б) наклон туловища вперёд, группировка; в) почти прямые ноги вперёд, руки вниз – назад;

4. Низкий Средний Высокий Длина
Приземле разбега

ние: а)
одновремененно на
обе ноги с
переходом с пятки
на всю
ступню;

б)
туловище
наклонено
, ноги
согнуты в
коленях;
в) руки
свободно
движутся
вперёд.

Группа				
Средняя	120 и <	121-144	145 и >	5-8 м
Старшая	130 и <	131-179	180 и >	8-11 м
Подготовительная	150 и <	182-220	210 и >	11-15 м

Если при разбеге идёт наклон назад – ребёнок физически слабый – уменьшить длину разбега, если наклон вперёд – ребёнок физически сильный – длину разбега оставить. Даются 2 попытки, между ними отдых 3-5 мин.

3. Прыжок в высоту (вверх) с места

А) Предварительная работа. В зале готовят измерительные ленты.

Методика обследования. Для разминки детям 5 лет предлагают попрыгать, как зайчики, на месте;

у детей 6-7 лет спрашивают, какое животное самое «прыгучее», и предлагают попрыгать, как кенгуру, и дотронуться до предмета, который подвешен над головой. Измерительная лента одним концом крепится на поясе ребенка, другой конец в кассете, лежащей на полу. Прыгая вверх, ре-

бенок вытягивает ленту из кассеты на длину прыжка. Инструктор делает за-мер. Ребенок совершает три подскока. Лучший результат фиксируется в протоколе.

Количество Средний
нный

показатель:

высота

подскока (в
см). Группа

Средняя 20,2-25,8

Старшая 20,9-27,1

Подготовит
ельная 22,9-30,2

**Б) прыжок в высоту с места,
стоя лицом к планке.** 1.

2.

3.

4.

Ноги параллельно на ширине
ступни.

Выпрямляя полусогнутые ноги,
оттолкнуться двумя ногами вверх
и чуть вперёд. Взмах руками вверх.

В полёте резко согнуть в коленях
ноги, приблизив их к груди, руки
опускаются вперёд. К концу
полёта ноги опускаются вниз.

Приземление на полусогнутые
ноги на носки с переходом на всю
ступню, руки вниз. Ноги
выпрямляются.

**В) прыжок в высоту с места,
стоя к планке боком (в старших
группах)** 1.

2.

3.

Ноги параллельно на ширине
ступни, боком к планке на
расстоянии 15-20 см от неё.

Оттолкнуться двумя ногами, но
закончить одной ногой, дальней от
планки. Взмах руками вверх.

Маховая нога (ближняя к планке),
закончив толчок, несколько
согнутая в колене, переносится
через планку, корпус немного

отклонен назад, затем через планку переносится толчковая нога.

Завершается полёт – руки опускаются вниз, корпус слегка наклоняется вперёд.

4. Приземление на всю ступню или с перекатом с пятки на всю ступню маховой, а затем толчковой ноги, которые при этом полусогнуты.

4. Прыжок в высоту с разбега (старшие группы).

А). Прямой разбег.

1. а) разбег с ускорением на последних шагах; б) энергичная работа полусогнутых в локтях рук;
2. Толчок: а) выпрямление толчковой ноги с резким выносом вперёд – вверх маховой; б) наклон туловища вперёд; в) сильный мах руками вверх;
3. Полёт: а) подтягивание толчковой ноги к маховой, группировка; б) руки вперёд – вверх;
4. Приземление: а) одновременное на обе полусогнутые ноги с переходом с носка на всю ступню; б) туловище наклонено вперёд; в) руки свободно движутся вперёд; г) сохранение равновесия при приземлении (шаг вперёд – в сторону).

Группа	Низкий	Средний	Высокий
Старшая	40-44,9	45-50,9	51-54
Подготовительная	50-54	55-60	61-69

Б). Для подготовленных детей старшего возраста доступен прыжок в высоту с **бокового разбега** способом «**перешагивания**». Длина разбега 3-4 м., угол для

разбега 45°. Инструктор находится на расстоянии 1,5-2 м от дальней для ребёнка стойки, и ребёнок при переходе через планку смотрит на инструктора (этим достигается правильный разворот корпуса).

Группа			
Старшая	53,9 и <	54-56,9	57 и >
Подготовительная	62,9 и <	63-71,9	72 и >

5. Метание набивного мяча на дальность.

Предварительная работа. В зале делают разметку от линии, обозначенной вдоль мата (через 50 см на расстоянии 5 м). Готовят три набивных (медицинских) мяча весом 500 г для детей 4-5 лет и 1000 г для детей 6-7 лет.

Методика обследования. В вводную часть для детей 4-5 лет включают ходьбу на высоких четвереньках, для детей 6-7 лет - отжимания от пола (для мальчиков - на прямых ногах, для девочек - на согнутых в коленях).

Ребенок подходит к контрольной линии, инструктор предлагает ему добро-сить мяч до яркой стойки. Бросок выполняется из и.п.: ноги врозь, одна нога впереди, другая – сзади, мяч отведен за голову как можно дальше. Ребенок совершает три броска. Лучший результат фиксируется в протоколе.

Количественный Низкий Средний Высокий

ый
показатель:

дальность
броска (в см).

Группа

II Младшая	97 и <	98-177	178 и >
Средняя	138 и <	139-269	270 и >
Старшая	156 и <	157-302	303 и >
от груди и из-за головы			
Подготовительная	193 и <	194-359	360 и >
Снизу, от груди, из-за головы			

5.1. Метание мешочка с песком на дальность.

Предварительная работа. На спортивной площадке мелом (или флажками) размечают дорожку (каждый метр на дистанции 10-20 м). Готовят три мешочка с песком весом 200 г, мел.

Методика обследования. После разминки инструктор предлагает ребенку (из и.п.: стоя, одна нога впереди, другая на расстоянии шага, рука с мешочком за головой) произвести три броска каждой рукой. **ВНИМАНИЕ!** Нельзя отводить локоть в сторону! Осуществляет замер после каждого броска, и лучший результат заносит в протокол. В нем фиксируются количественные и качественные показатели.

<i>Качественные показатели:</i>	Средний возраст
Младший возраст	1. И.п.: а); стоя лицом по направлению броска, ноги на ширине плеч; б) правая рука держит предмет на уровне груди;
1. И.п.: стоя лицом по направлению броска, ноги слегка расставлены, правая рука согнута в локте.	2. Замах: а) поворот туловища вправо, сгибая правую ногу; б) одновременно правая рука идёт вниз – назад; в) поворот в направлении броска, правая рука идёт вверх – вперёд.
2. Замах: небольшой поворот вправо.	3. Бросок: а) резкое движение руки вдаль – вверх; б) сохранение заданного направления полёта предмета
3. Бросок: с силой (для сохранения направления полёта предмета)	4. Заключительная часть: сохранение равновесия.

Старший возраст

1. И.п.: а) стоя лицом по направлению броска, ноги на ширине плеч; левая – впереди, правая – на носок; б) правая рука с предметом на уровне груди, локоть вниз.

2. Замах: а) поворот вправо, сгибая правую ногу и перенося на неё вес тела, левую – на носок; б) одновременно разгибая правую руку, размашисто отвести её вниз – назад – в сторону; в) перенос веса тела на левую ногу, поворот груди в направлении броска, правый локоть вверх, спина прогнута – «положение натянутого лука».

3. Бросок: а) продолжая переносить вес тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить; б) хлещущим движением кисти бросить предмет вдаль – вверх; в) сохранять заданное направление полёта предмета.

4. Заключительная часть: шаг вперёд (или приставить правую ногу), сохранение равновесия.

Высокий уровень - соответствие всем показателям.

Средний уровень - соответствие трем показателям.

Низкий уровень - соответствие двум показателям.

Количественные Низкий Средний Высокий

ые

показатели:

дальность

броска (в см)

правой рукой.

Группа

II Младшая

2,4 и <

2,3-3,9

4,1 и >

Средняя

3,0 и <

3,1-5,6

5,7 и >

Старшая

3,3 и <

3,4-7,8

7,9 и >

Подготовительная

3,0 и <

4,1-9,9

10,0 и >

ые

показатели:

дальность

броска (в см)

левой рукой.

Группа

II Младшая

1,8 и <

1,9-3,4

3,5 и >

Средняя	3,0 и <	3,1-4,3	4,4 и >
Старшая	3,0 и <	3,1-5,4	5,5 и >
Подготовительная	3,0 и <	3,1-6,7	6,8 и >

Определение уровня сформированности гибкости

А). Наклон туловища вперёд, стоя на гимнастической скамейке.

Предварительная работа. Готовят гимнастическую скамейку, сантиметро-вую ленту, флажок.

Методика обследования. С целью повышения подвижности в суставах в качестве разминки используют упражнения, выполняемые из разных исходных положений с большой амплитудой: коснуться пальцами пола при наклоне, коснуться пальцами стоп при наклоне из положения сидя, коснуться пальцами пятки при повороте стоя на коленях, прокатить мяч руками как можно дальше из положения – сидя, ноги в стороны, поднять прямые руки как можно выше из положения лежа на животе.

Затем инструктор предлагает ребенку встать на гимнастическую скамейку так, чтобы сомкнутые носки ног касались ее края, и, не сгибая колени, попытаться взять флажок. Во время выполнения задания воспитатель поддерживает ребенка за колени, а инструктор измеряет величину наклона от края скамейки до третьего пальца опущенных рук. Ребенок делает две попытки.

Количественный показатель: Мальчики Девочки

величина наклона (в см). Группа

II младшая	1-4	3-7
Средняя	2-7	4-8
Старшая	3-6	4-8
Подготовительная	5-8	8-12

Определение уровня сформированности выносливости

А). Челночный бег.

Предварительная работа. Готовят дорожку вокруг детского сада, отмеряют дистанцию для детей 5 лет - 90 м, 6 лет - 120 м, 7 лет - 150м.

Методика обследования. Инструктор проводит с детьми несколько разо-гревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног. Затем дети встают на линию старта и по команде «Марш!» вместе с взрослым стайкой бегут к линии финиша. И так 2 круга. Далее дети бегут самостоятельно.

(!!!Дорожка 50 м от линии старта (она же – линия финиша) до линии поворота ребёнок идёт, затем бежит обратно и так нужное количество раз. (Вавилова))

Количественный показатель: 90 м 120 м 150 м

показатель:

время (в сек.),
затраченное на
выполнение
задания.

Группа	
Средняя	30,6-25,0
Старшая	35,7-29,2
Подготовительная	41,1-33,6

Б). Прыжки через скакалку (+ловкость, гибкость).

И.П.: ноги вместе, руки внизу, в руках скакалка.

- Ребёнку надо выполнить как можно больше прыжков через короткую скакалку за 30 сек на двух ногах в один подход. 1. Вращение скакалки движением рук, полусогнутых в локтях, плечи почти неподвижны, только кисти. Небольшое сгибание ног в коленных суставах.
2. Выпрямление ног обеспечивается небольшим отталкиванием, достаточным для подпрыгивания на 5-10см.
3. Во время полёта скакалка проходит внизу под ногами ребёнка.
4. Приземление происходит на носки и слегка согнутые в коленях ноги. Корпус держать прямо.

Возраст	Выполнение		Количество	
	Мальчики		Девочки	
5 лет	Пытаются прыгать с короткой скакалкой.	1-3	2-5	
6 лет	На двух ногах; на одной; с продвижением вперёд; с	3-15	3-20	

	междускоком и без него; вперёд, назад, с ноги на ногу.		
7 лет	То же + в беге + парами, стоя лицом др. к др. или др. за др.	7-21	15-45

Определение уровня сформированности ловкости и координации.

1. Оббегание препятствий.

Предварительная работа. Общая дистанция беговой дорожки – 10 м. На ней расставляют кегли или флажки – 8 штук, расставленных с промежутком 1 м друг от друга. До первого флажка и после последнего – расстояние 1, 5 м.

Методика обследования. Инструктор дает задание - пробежать как можно быстрее между кеглями (флажками на подставке), не задев их. По команде ребенок бежит к финишу. Инструктор, находясь на финише, фиксирует количественные показатели. Предусмотрены две попытки.

Количественные Низкий Средний Высокий

ый

показатель:

время (в сек.),
затраченное на
выполнение
задания.

Группа

II Младшая 9,5 и > 9,5-8,6 8,5 и <

Средняя 8,0 и > 8,0-7,3 7,2 и <

Старшая 6,0 и > 5,9-5,7 5,6 и <

Подготовитель 5,5 и > 5,4-5,1 5,0 и <

ная

2. Челночный бег 3 x 10 м.

Предварительная работа. На беговой дорожке выделяют 10-метровый от-резок: на старте – кубики (или два мешочка с песком весом 200 г), на финише — скамейка или стул.

Для младшей группы дистанция не более 5 м.

Методика обследования. Дети бегут 3 раза по 10 м, начиная со старта, берут кубик, бегут к скамейке, кладут на неё, бегут обратно, берут второй кубик и снова бегут к скамейке.

Количественные Низкий Средний Высокий

ый

показатель:

время (в сек.),
затраченное на
выполнение
задания.

Группа

II Младшая	14.5 и >	14.4-14.1	14.0 и <
Средняя	13.0 и >	12.9-12.8	12.7 и <
Старшая	12.1 и >	12.0-11.6	11.5 и <
Подготовительная	11.0 и >	10.9-10.6	10.5 и <

2. Челночный бег 3 x 10 м.

Предварительная работа. На беговой дорожке выделяют 10-метровый от-резок: на старте – кубики (или два мешочка с песком весом 200 г), на финише — скамейка или стул.

Для младшей группы дистанция не более 5 м.

Методика обследования. Дети бегут 3 раза по 10 м, начиная со старта, берут кубик, бегут к скамейке, кладут на неё, бегут обратно, берут второй кубик и снова бегут к скамейке.

Количественный показатель:

	Низкий	Средний	Высокий
--	--------	---------	---------

показатель:

время (в сек.),
затраченное на
выполнение
задания.

Группа

II Младшая	14.5 и >	14.4-14.1	14.0 и <
Средняя	13.0 и >	12.9-12.8	12.7 и <
Старшая	12.1 и >	12.0-11.6	11.5 и <
Подготовительная	11.0 и >	10.9-10.6	10.5 и <

3. Челночный бег 5 раз x 6 м.

Инструктор по физкультуре

Воспитатель

Дети бегут 5 отрезков по 6 м, перенося поочередно с линии старта на линию финиша 3 кубика (ребро 7 см). Тестирование проводится парами. На линии старта устанавливают 2 набора по 3 кубика. На расстоянии 6 м от них - финиш, на нём обручи. По команде «На старт!», ребёнок должен принять и.п. (ноги на ширине ступни, спина прямо), по команде «Внимание!» - наклониться, но не касаться кубика; «Марш!» - поочередно переносят

кубики, кладя (не бросая!) в свой обруч. Последний кубик положил – встал и поднял руку вверх – упражнение закончил. Должно быть 2 попытки, лучшая – в протокол. Проводят с секундомером.

4. Мл. и ср. группы. Балльная оценка (от 0 до 3-х).

Оценка выполнения ребёнком ходьбы с перешагиванием через кубики.

(7 шт. на 1 линии, расстояние 25 см (мл),

35 см (ср) др. от др.). Баллы

Баллы	Характеристика качества выполнения ребёнком движения
3	Ребёнок перешагивает через кубики, не задевая их, чередуя пр. и лев. ноги, идёт в едином темпе, в удобном для него, спина прямо, голову не опускать, движения рук свободны, активны.
2	Ребёнок идёт то переменным, то приставным шагом, спину держит прямо, но иногда смотрит вниз, контролируя движение.
1	Ребёнок идёт приставным шагом, наклоняется, смотрит под ноги, руки не принимают участия в движении.
0	Ребёнок идёт, сбивая кубики, не стараясь ставить ногу между ними, или делая попытку перешагнуть и, не понимая движения, останавливается, не продолжая его; или отказывается выполнять движение; или, приняв стойку «ноги врозь», идёт, оставляя кубики между стоп.

Оценка функции равновесия.

Предварительная работа. Готовят секундомер и протокол.

Методика обследования. Инструктор предлагает игровое задание:

Детям 4 лет надо изобразить «Паровозик» (и.п.: стопы на одной линии, пятка правой (левой) ноги касается носка левой (правой) ноги, руки вдоль туловища);

Детям 5 лет изобразить «Балерину» (и.п.: стоя на носках, руки на поясе);

детям 6 лет изобразить «Цаплю» (и.п.: стоя на одной ноге, другая согнута, приставлена стопой к колену и отведена под углом 90 градусов). Дается 2 попытки. Предупреждает: тот, кто сойдет с места, выходит из игры.

Количественный показатель: Низкий Средний Высокий

время (в сек.),
затраченное на
выполнение
задания.

Группа	Низкий	Средний	Высокий
Средняя	3,3-5,1	5,1-8,0	8,1 и >
Старшая	7,0-8,0	8,1-14,1	14,2 и >
Подготовительная	40	50	60 и >

Оценка координации движения

1. Подбрасывание и ловля мяча. Отбивание мяча от пола.

Предварительная работа. Готовят мячи диаметром 15-20 см.

Методика обследования. Инструктор предлагает

детям 5-6 лет подбрасывать мяч вверх двумя руками, не сходя с места; И.П.: ноги на ширине плеч.

детям 7 лет за 30 сек (число ударов суммируется; при потере мяча секундомер останавливается, мяч подбирается и продолжается счёт)

- отбивать мяч одной рукой от пола, не сходя с места. Руки можно чередовать. И.П.: ноги на ширине плеч.

Дается 2 попытки.

Количественный показатель: количество бросков и ударов.

Подбрасывание и ловля. Количество

Группа	М	Д
Средняя	15 - 25	15-25
Старшая	26 - 40	26-40
Подготовительная	45-60	40-55

Отбивание Количество

Группа	М	Д
Средняя	5-10	5-10

Старшая 11-20 10-20
 Подгото 35-70 35-70
 вительна
 я

4. Учебно-методическая и информационное обеспечение программы

Название задачи	Материалы оборудования	Учебно-наглядные пособия	Информационные и технические средства
1. Оборудование для ходьбы, бега, равновесия. 2. Оборудование для прыжков. 3. Оборудование для катания, бросания, ловли. 4. Оборудование для ползания и лазанья. 5. Оборудование для упражнений общеразвивающего воздействия.	1 Коврики массажные, куб деревянный, скамейки гимнастические, 2. Гимнастический набор: обручи, палки; прыгалки, фитнес-мячи. 3. Кегли, кольцоброс, мешочек с грузом, мячи (для массажа, средние). 4. Дуги , гимнастические скамейки. 5. Ленты , малые мячи, обручи, палки гимнастические, платочки, флажки.	Наглядно - дидактический материал; Игровые атрибуты; «Живые игрушки» (воспитатели или дети, одетые в соответствующие костюмы); Считалки, загадки;	1. Магнитофон; 2. CD и аудио материал 3. Дидактические игры

5. Список литературы

Программа	«От рождения до школы» Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – Москва: Мозаика-Синтез, 2010.
Технологии и	- Подольская Е.П. « Физическое развитие детей 2-7 лет.» (сюжетно-ролевые занятия Волгоград ,2009 - Подольская Е.Н. Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников. Москва 2009 - Картушина М.Ю. « Праздники здоровья для детей 4-5 лет. Москва

пособия	<p>2010г.</p> <p>-Харченко Т.Е. «Спортивные праздники в д\саду» Москва .2013г.</p> <p>- Вавилова Е.Н.Развитие основных движений у детей 3-7 лет Москва 2007</p> <p>- Лысова В.Я. « Спортивные праздники и развлечения-старший дошкольный возраст.» Москва-2001г.</p> <p>-Аксенова З.Ф. «Спортивные праздники в д\саду» Москва-2003г. Творческий центр-СФЕРА</p> <p>-Картушина М.Ю.Зеленый огонек здоровья. Москва 2009.</p> <p>-Пензулаева Л.И.Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа.Мозаика-Синтез 2009</p> <p>-Пензулаева Л.И.Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа.Мозаика-Синтез 2009</p> <p>-Пензулаева Л.И.Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа.Мозаика-Синтез 2009</p> <p>-Пензулаева Л.И.Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа.Мозаика-Синтез 2012</p> <p>-Зимонина В.Н. « Расту здоровым» Москва-2013г. Творческий центр.</p> <p>-Пензулаева Л.И.Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Мозаика-Синтез 2009</p> <p>-Доронова Т.Н. «Из детства в отрочество, программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развития 4-7 лет» Москва , 2010г.</p> <p>- Настюхина Е.Г. « Диагностика физического развития дошкольников(диагностический журнал) Москва, 2010 г.</p> <p>-Полтавцева Н.В. « Методы определения уровня развития основных двигательных способностей физического развития детей дошкольного возраста» Ульяновск, 2000 г.</p> <p>-Анохина И.А. « Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни» Ульяновск, 2007 г.</p>
---------	--

6.ПРИЛОЖЕНИЕ

6.1.ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ РУКОВОДИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ С ВОСПИТАТЕЛЯМИ В ДОУ

1. Планирование работы
2. Обучение педагогов через открытый показ занятий
Совместное проведение:
 - праздники
 - недели здоровья
 - дни здоровья
 - каникулы
 - утренней гимнастики
3. Индивидуальная работа по закреплению и совершенствованию ОВД
4. Консультирование воспитателей по проблемам двигательного развития
5. Консультирование:
 - создание в группе условий для организации двигательной деятельности
 - физическое развитие детей разного возраста
 - использование нетрадиционного оборудования
6. Знакомство с задачами работы и результатами диагностики
7. Работа с родителями:
 - участие в родительских собраниях
 - оформление наглядной информации
 - консультирование
8. Разучивание подвижных и народных игр
9. Отработка несложных движений и композиций

6.2. Годовой план по физическому воспитанию.

№	Содержание работы, мероприятия	Срок выполнения	Ответственный
1. Методическая работа.			
1.	Составить перспективный и календарный план НОД	сентябрь	Руководитель физического воспитания

2.	Подобрать комплексы общеразвивающих упражнений для всех возрастных групп.	сентябрь	Руководитель физического воспитания
3.	Проработать методическую литературу.	в течение года	Руководитель физического воспитания
4.	Подобрать комплексы гимнастики после сна для всех возрастных групп.	ноябрь	Руководитель физического воспитания

2. Физкультурно-оздоровительная работа.

1.	Обработать данные медосмотра, оформить листы здоровья.	сентябрь	Руководитель физического воспитания, медсестра
2.	Провести диагностику физической подготовленности детей.	сентябрь апрель	Руководитель физического воспитания, методист
3.	Осуществлять медико-педагогический контроль на физкультурных занятиях.	в течение года	Руководитель физического воспитания, методист, медсестра
4.	Обеспечить контроль по закаливанию детей в сочетании с использованием гимнастики утренней и после сна.	ежедневно в течение года	Руководитель физического воспитания,

			методист, медсестра
5.	Закаливающие мероприятия: закаливающая ходьба босиком в спальне до и после дневного сна, мытье рук, шеи, лица прохладной водой. Дыхательная гимнастика, оздоровительный бег на воздухе.	ежедневно в течение года	Руководитель физического воспитания, медсестра, воспитатели групп
3. Физкультура в режиме дня.			
1.	Утренняя гимнастика.	ежедневно	воспитатели групп
2.	Физкультурные занятия в зале и на улице.	по расписанию	Руководитель физического воспитания
3.	Подвижные и спортивные игры на прогулке.	ежедневно	воспитатели групп
4.	Двигательные разминки и физкультминутки.	ежедневно	воспитатели групп
5.	Гимнастика после сна.	ежедневно	воспитатели групп
6.	Индивидуальная работа с детьми.	ежедневно	Руководитель физического

			воспитания, воспитатели групп
7.	Самостоятельная двигательная активность детей.	ежедневно	воспитатели групп
8.	Физкультурные досуги.	1 раз в месяц	Руководитель физического воспитания
9.	Физкультурные праздники.	2 раза в год февраль, июнь	Руководитель физического воспитания, воспитатели групп, музыкальный руководитель.
4. Организационно-массовая работа.			
1.	Составить календарный план активного отдыха детей.	в течение года	Руководитель физического воспитания
2.	Провести физкультурные праздники.	2 раза в год	Руководитель физического воспитания, музыкальный руководитель, воспитатели групп

3.	Проведение дня здоровья	Сентябрь, январь, апрель	Руководитель физического воспитания, воспитатели групп
4.	Провести физкультурные досуги.	1 раз в месяц	Руководитель физического воспитания
5.	Обновление спортивных уголков в группах соответственно возрасту детей.	в течение года	Руководитель физического воспитания, воспитатели групп
6.	Оформление спортивного стенда с информацией для родителей.	в течение года	Руководитель физического воспитания
5. Работа с воспитателями.			
1.	Регулярно информировать о спортивных мероприятиях в детском саду.	в течение года	Руководитель физического воспитания
2.	Консультировать по индивидуальной работе с детьми в целях развития физических качеств и совершенствования ОДА.	в течение года	Руководитель физического воспитания
3.	Провести консультации для воспитателей:		Руководитель

	<p>Тема: «Организация проведения диагностики детей».</p> <p>Тема: «Краткая характеристика основных видов движений»</p> <p>Тема: «Задачи образовательной области «Физическая культура»</p> <p>Тема: «Организация двигательной активности в течение дня».</p>	<p>сентябрь</p> <p>ноябрь</p> <p>февраль</p> <p>апрель</p>	<p>физического воспитания</p>
<p>6. Работа с родителями.</p>			
1.	Индивидуальные рекомендации и беседы.	в течение года	Руководитель физического воспитания
2.	Консультация на тему « Гимнастика в кругу семьи»		Руководитель физического

			воспитания
3.	<p>Приглашение родителей на детские спортивные праздники:</p> <p>Развлечение: «Осенний марафон» , ст. возр.</p> <p>Досуг: «В гостях у снеговика»,мл. гр.</p> <p>Праздник посвященный 23 февраля, все группы.</p> <p>Соревнование: «Вместе с мамой, вместе с папой», ст.возр.</p>	<p>Октябрь</p> <p>январь</p> <p>февраль</p> <p>апрель</p>	<p>Руководитель физического воспитания, воспитатели групп</p>
4.	<p>Наглядная информация – консультация на стендах:</p> <p>- «Профилактика плоскостопия»;</p> <p>- «Оздоровительно - развивающие игры с детьми дома»;</p>	<p>в течение года</p> <p>сентябрь</p> <p>ноябрь</p>	<p>Руководитель физического воспитания</p>

	<p>-«Прогулка зимой - это здорово!»</p> <p>-«Зачем заниматься утренней гимнастикой и физкультурой».</p> <p>- «Здоровье ребенка – наша общая задача. Профилактика нарушений осанки»</p> <p>-«Как одевать ребенка дома и на улице»</p>	<p>декабрь</p> <p>февраль</p> <p>март</p> <p>апрель</p>	
<p>7. Календарный план активного отдыха детей.</p>			
1.	<p>День Здоровья.</p> <p>Музыкально-спортивный праздник</p> <p>«Ребята помогают Неболейке</p>	<p>Сентябрь</p>	<p>Руководитель физического воспитания</p>

	<p>собраться в школу», ст.-подг. гр.</p> <p>«Мой веселый , звонкий мяч», мл.гр.</p>		
2.	<p>Досуг «Подарки осени»,мл.гр.</p> <p>Развлечение: «Осенний марафон»,ст.возр.</p>	октябрь	Руководитель физического воспитания, медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели групп
3.	<p>Досуг «Как звери к зиме готовились»,мл.гр.</p> <p>Досуг с участием родителей «Папа, мама, я – дружная семья» ст.возр.</p>	ноябрь	Руководитель физического воспитания
4.	<p>Досуг «Здравствуй , Зимушка-зима»,ст.возр.</p> <p>Досуг «Зимние чудеса» мл.гр.</p>	декабрь	Руководитель физического воспитания
5.	<p>День здоровья</p> <p>Досуг с участием родителей «В</p>	январь	Руководитель физического воспитания

	<p>гостях у снеговика», мл.гр.</p> <p>Развлечение «Путешествие в зимнюю сказочную страну» ст.возр..</p>		
6.	<p>Праздник посвященный 23 февраля с участием родителей – все группы</p>	февраль	Руководитель физического воспитания
7.	<p>Развлечение: «По русской народной сказке « Колобок»»,мл.гр.</p> <p>«Веселые старты» , подг.гр.</p>	март	Руководитель физического воспитания
8.	<p>Всемирный день здоровья</p> <p>Соревнования с участием родителей: «Вместе с мамой, вместе с папой» ст.возр.</p> <p>Досуг «В гости к бабушке»,мл.гр.</p>	апрель	Руководитель физического воспитания
9.	<p>Досуг посвященный дню победы «Гордимся и помним героев своих» ст.возр..</p>	май	Руководитель физического воспитания

	Досуг: «Прогулка в весенний лес»,мл.гр		
--	--	--	--

Мониторинг образовательного процесса в 1 младшей группе

Дата проведения мониторинга

Воспитатели

2. Физическая культура

№	Фамилия, имя ребенка	Умеет ходить и бегать не наталкиваясь на других детей		Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед		Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч		Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через препятствие		Итоговый показатель	
		показатели	н.г	к.г.	н.г.	к.г.	н. г	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.
1.											
2.											

Оценки уровня развития:

1 балл- большинство компонентов не развиты

2 балла- отдельные компоненты не развиты

3 балла- соответствует возрасту

4 балла- высокий

Уровни развития:

Низкий(Н)- 1,9 баллов и ниже

Средний(С)- от 2 до 3 баллов

Высокий(В)- от 3,1 до 4,0 баллов

Расписание занятий по физической культуре

№	Название группы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	1ая младшая группа	15:20		Прогулка		9.00
2.	2 ая младшая группа	Прогулка	9:00		15:20	
3.	Средняя группа	Прогулка	9:15			9:15
5.	Старшая группа	11:10	Прогулка		10:35	
6.	Подготовительная группа		10:25	Прогулка		10:20

Гимнастика

на 2014-2015 уч. год.

Время	Название группы
8.00-8.05	1ая младшая группа
8.10-8.20	2 ая младшая группа
8.25-8.35	Средняя группа
8.40-8.50	Старшая группа
	Подготовительная группа

Мониторинг образовательного процесса во 2 младшей группе

Дата проведения мониторинга
воспитатели

2. Физическая культура

№	Фамилия , имя ребенка	Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление		Умеет бегать сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя		Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы		Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке – стремянке, гимнастической стенке произвольным способом		Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см		Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5м, бросать мяч двумя руками от груди, из –за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2 -3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5м		Итоговый показатель .		
		показатели	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	нг	кг
1																
2																

Оценки уровня развития:

- 1 балл – большинство компонентов не развиты
- 2 балла – отдельные компоненты не развиты
- 3 балла – соответствует возрасту
- 4 балла –высокий

Уровни развития:

- Низкий(н) – 1,9 баллов и ниже
- Средний(с) – от 2,0 до 3,0 баллов
- Высокий (в) – от 3,1 до 4,0 баллов

Оценки уровня развития:

- 1 балл- большинство компонентов не развиты
- 2 балла- отдельные компоненты не развиты
- 3 балла- соответствует возрасту
- 4 балла- высокий

Уровни развития:

- Низкий(н)- 1,9 баллов и ниже
- Средний(с)- от 2,0 до 3,0 баллов
- Высокий(в)- от 3,1 до 4,0 баллов

Оценки уровня развития:

- 1 балл- большинство компонентов не развиты
- 2 балла- отдельные компоненты не развиты
- 3 балла- соответствует возрасту
- 4 балла- высокий

Уровни развития:

- Низкий(н)-1,9 баллов и ниже
- Средний(с)- от 2 до 3 баллов
- Высокий(в)- от3,1 до 4,0 баллов

Мониторинг образовательного процесса в средней группе

Дата проведения мониторинга

Воспитатели

2. Физическая культура

№	Имя , фамилия ребенка	Принимает правильное исходное положение при метании; метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю(пол) не менее 5 раз подряд		Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5м		Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу		Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам		Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны		Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений		Итоговый показатель	
		Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.
	показатели														
1															
2															

Оценки уровня развития:

- 1 балл- большинство компонентов не развиты
- 2 балла- отдельные компоненты не развиты
- 3 балла- соответствует возрасту
- 4 балла- высокий

уровни развития:

- Низкий(н)-1,9 баллов и ниже
- Средний(с)- от 2,0 до 3,0 баллов
- высокий(в)- от 3,1 до 4,0 баллов