

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 5  
«Колокольчик» города Котельнича Кировской области

Принято решением  
Педагогического совета  
№ 1  
От « 1 » сентября 2022 г.



**УТВЕРЖДЕНО**  
Приказом по МБДОУ д/с  
№ 5 «Колокольчик»  
От « 1 » сентября 2022 г № 84  
Заведующий \_\_\_\_\_ /Е.С.Кручинина/

**Рабочая программа**  
по образовательной области  
**«Физическое развитие»**  
(возраст 2-8 лет)  
на 2022-2023 учебный год

Инструктор по физической культуре:  
Горева Ольга Ивановна (первая категория)

2022 г.

## Содержание

### I. Целевой раздел

1	Пояснительная записка.....	3-4стр
1.1.	Цели и задачи рабочей программы.....	4-5 стр
1.2.	Принципы и подходы в организации образовательного процесса.....	5-9 стр
1.3.	Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей.....	9-11 стр
1.4.	Целевые ориентиры образования на этапе завершения дошкольного образования.....	12 с
1.5.	Планируемые результаты освоения детьми программы.....	12-14 стр
1.6.	Развивающее оценивание качества образовательной деятельности.....	14-20 стр

### II. Содержательный раздел

2.1.	Содержание образовательной области «Физическое развитие».....	21-35 стр
2.2.	Взаимодействие с детьми по реализации ОО «Физическое развитие».....	35-38 стр
2.3.	Взаимодействие с родителями по реализации ОО «Физическое развитие».....	38-39 стр
2.4.	Взаимодействие с педагогами по реализации ОО «Физическое развитие».....	39 стр
2.5.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.....	39- 44 стр
2.6.	Способы и направления поддержки детской инициативы.....	44 стр

### III. Организационный раздел

3.1	Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка ОО «Физическое развитие».....	45 стр
3.2.	Организация развивающей предметно-пространственной среды.....	45-47 стр
3.3.	Материально-техническое обеспечение программы.....	47-48 стр.
3.4.	Планирование образовательной деятельности.....	48 стр
3.5.	Режим дня и распорядок.....	48 стр
3.6.	Организация культурно - досуговой деятельности.....	48 стр
3.7.	Двигательный режим.....	49 стр
3.8	Календарно-тематическое планирование.....	49 стр
3.8.1	Приложение.....	49.- 113 стр
3.9	Список литературных источников.....	114 стр

# **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

## **1. Пояснительная записка**

Рабочая программа по направлению «Физическая культура» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №5 «Колокольчик» общеразвивающего вида (далее – Программа) спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, региона. Данная Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса по направлению «Физическая культура» во всех возрастных группах.

Программа разработана в соответствии с образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного учреждения «Детский сад № 5» (далее ДОУ). Кроме того, учтены концептуальные положения используемой примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, 2014 год.

Физическая культура является частью общечеловеческой культуры. Она охватывает те стороны жизни и воспитания, которые имеют важнейшее значение для нормального психофизического развития ребенка, укрепления его здоровья и развития двигательной сферы.

Физическая культура рассматривается как основа формирования здорового образа жизни ребенка, в результате которого закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненно - важных систем и функций организма. У ребенка развиваются адаптационные возможности, повышается устойчивость к внешним воздействиям, формируются движения, осанка; приобретаются физические качества, вырабатываются гигиенические навыки, привычки и представления, формируются черты характера.

К физической культуре ребенок приобщается постоянно, она пронизывает все виды его деятельности и отдыха.

Основным средством физической культуры являются физические упражнения, которые представляют собой специально подобранные движения и различные виды двигательной деятельности, организованные взрослым. Систематическое выполнение упражнений содействует всестороннему развитию всех органов и систем и в первую очередь двигательного аппарата, повышает возбудимость мышц, темп, силу; улучшает координацию движений, мышечный тонус и общую выносливость ребенка.

Интенсивная двигательная активность детей влечет за собой усиление сердечной деятельности, тренирует сердце, укрепляет нервную систему, улучшает соотношение процесса возбуждения и торможения в коре головного мозга. Через движение ребенок познает окружающий мир, у него развивается ориентировка в пространстве, проявляются волевые усилия и яркие эмоциональные переживания

Важно, чтобы полученные детьми двигательные умения и навыки во время разных видов занятий по физической культуре широко использовались в повседневной жизни.

Создание условий для полноценной двигательной деятельности детей в детском саду и семье способствует формированию основных двигательных умений и навыков, повышению функциональных возможностей детского организма, развитию физических качеств и способностей, воспитанию интереса к разным занятиям по физической культуре.

Важно на протяжении всего дошкольного детства поддерживать и развивать природную потребность ребенка в разных играх и движениях, не подавляя при этом его инициативы. Двигательная деятельность оказывает благоприятное воздействие на организм ребенка, если она соответствует его возрастным и индивидуальным особенностям.

Программа содержит определенный подбор игр и физических упражнений для детей от 3 лет до 7 лет, который может быть реализован в разных формах и видах двигательной деятельности в детском саду и дома.

### **Сроки реализации программы:**

Программа рассчитана на 5 лет обучения:

- 1 год – II группа раннего возраста (от 2 до 3 лет);
- 2 год - младшая группа (от 3 до 4 лет);
- 3 год – средняя группа (от 4 до 5 лет);
- 4 год – старшая группа (от 5 до 6 лет);
- 5 год – подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).

## **1.1. Цель и задачи программы**

### **Цели программы:**

- Содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
  - Развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость.
  - Создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами.
  - Развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта.
- Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

### **Задачи:**

1. Охрана и укрепление здоровья детей.
2. Формирование у детей жизненно необходимых двигательных навыков в соответствии с индивидуальными способностями.
3. Создание условий для реализации двигательной активности.
4. Воспитание потребностей в здоровом образе жизни.
4. Обеспечение физического и психического благополучия.

## **1.2. Принципы и подходы в организации образовательного процесса «Физическое развитие»**

Принципы физического воспитания, в соответствии с которыми складываются закономерности, правила и требования, предъявляемые к инструктору по физической культуре, определяют его деятельность по всесторонней физической подготовке ребенка к будущей жизни, раскрытию у него жизненно важных сил, гармоническому развитию. В физическом воспитании наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и т.д.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания.

Основными из этих принципов являются: всестороннее и гармоническое развитие личности; связь физической культуры с жизнью; оздоровительная направленность физического воспитания; непрерывность и систематичность чередования нагрузок и отдыха; постепенность наращивания развивающих, тренирующих воздействий; цикличное построение непосредственно образовательной деятельности; возрастная адекватность направлений физического воспитания.

*Общепедагогические принципы:*

*Принцип осознанности и активности* направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм. Осознание техники движения, последовательности его выполнения, мышечного напряжения, собственного тела способствует формированию у ребенка телесной рефлексии. Осознавая оздоровительное воздействие физических упражнений на организм, ребенок учится самостоятельно и творчески решать двигательные задачи. Он осваивает пространственную терминологию, осознанно выбирает рациональный способ двигательного действия; придумывает комбинации движений, их варианты, организовывает знакомые игры и придумывает свои.

*Принцип активности* предполагает в ребенке высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.

*Принцип систематичности и последовательности* обязателен для всех форм физического воспитания: формирования двигательных навыков, закаливания, режима. Систематичность проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению нового движения и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Регулярность, планомерность, непрерывность физического воспитания на протяжении всего дошкольного возраста обеспечивают принцип систематичности. Во всех возрастных группах должна соблюдаться четкая последовательность физкультурных занятий

с обязательным чередованием нагрузок и отдыха, а также последовательность, преемственность, взаимосвязь в содержании самих занятий. Ежедневные, систематически проводимые формы организации двигательной деятельности в сочетании с закаливающими мероприятиями приучают ребенка постоянно соблюдать оздоровительно-воспитательный режим, тогда как прекращение систематических занятий снижает функциональные возможности его организма и уровень физической подготовленности. Усвоение движений, формирование двигательных навыков требуют их повторяемости.

*Принцип повторения* двигательных навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений образуются двигательные навыки, вырабатываются динамические стереотипы. Система повторения физических упражнений строится на усвоении нового и повторении в разнообразных вариантах разученных движений. Характер вариативности упражнений может проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приемов, в различных формах физкультурных занятий.

Включение вариантных изменений в стереотипы выполнения движений предполагает соблюдение *принципа постепенности*. И.П. Павлов писал, что в педагогике постепенность и тренировка являются основным физиологическим правилом. Стратегия и тактика систематического и последовательного обучения важна для создания двигательного образования ребенка. Она предполагает преемственность от одной ступени обучения к другой.

*Принцип наглядности* — предназначен для связи чувствительного восприятия с мышлением. Он способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в движении. В практике физического воспитания используется непосредственная и опосредованная наглядность. Непосредственная наглядность выражается в показе педагогом разучиваемого двигательного действия. Опосредованная наглядность представлена демонстрацией пособий, кино- и видеофильмов, графиков, фотографий и т.д., обеспечивающих представление о выполняемом действии. Наглядность облегчает выполнение двигательных заданий, развивает интерес к физическим упражнениям, ускоряет формирование двигательных умений и навыков, развивает двигательные способности. При разучивании новых движений принцип наглядности осуществляется путем безукоризненного, красивого, четкого показа (непосредственной зрительной наглядности). Это обеспечивает точное восприятие движения, формирует правильное представление о нем.

*Принцип доступности и индивидуализации* имеет свои особенности в оздоровительной направленности физического воспитания. Поскольку физические упражнения воздействуют на жизненно важные функции организма, оказывая оздоровительное воздействие на его органы и системы, превышение нагрузок отрицательно влияет на состояние здоровья ребенка. Соблюдение принципа доступности в физическом воспитании требует от педагогов определения меры доступного. Она зависит от индивидуальных возможностей ребенка и от объективных трудностей, возникающих при выполнении определенного упражнения. Соблюдение принципа доступности предполагает, что, мобилизуя умственные и физические способности, ребенок успешно справляется с программным материалом. Данные об индивидуальных возможностях ребенка педагоги получают путем тестирования и диагностирования, изучения результатов медико-педагогического контроля.

Педагог подбирает упражнения, которые соответствуют функциональным и приспособительным возможностям детского организма, не нанося ущерба его здоровью. Важную роль в этом играет подбор посильных для ребенка нагрузок, которые постепенно усложняются в различных формах двигательной деятельности, а также при распределении программного материала на занятиях. Использование подготовительных и подводящих упражнений способствует преодолению трудностей при усвоении двигательных навыков.

Реализация принципа доступности требует соблюдения последовательности в создании методических условий. Поскольку двигательные умения и навыки базируются на уже приобретенных умениях, важным условием принципа доступности является преемственность физических упражнений. Распределение материала, основанного на связи каждого предыдущего занятия с последующим, обеспечивает усвоение программного содержания. Соблюдение преемственности занятий выражено в следующих правилах: от известного к неизвестному или от освоенного к неосвоенному; от простого к сложному, от легкого к трудному.

*Принцип индивидуализации* предполагает необходимость учета функциональных возможностей, типологических особенностей малыша. Он позволяет улучшать врожденные задатки, развивать способности, тренировать нервную систему, воспитывать положительные качества и способности ребенка. Принцип индивидуализации в физическом воспитании осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. С учетом уровня индивидуальной подготовленности ребенка, его двигательных способностей и состояния здоровья намечаются пути совершенствования двигательных навыков, построения двигательного режима, приобщения к разным формам двигательной деятельности.

Принципы, отражающие закономерности физического воспитания:

*Принцип непрерывности* — выражает основные закономерности построения занятий в физическом воспитании. Принцип непрерывности выражает закономерности построения физического воспитания как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха. Сочетание высокой активности и отдыха в разных формах двигательной деятельности ребенка повышает их эффективность, что выражается в динамичности закономерных изменений содержания и формы параметров функциональных нагрузок от занятия к занятию, от этапа к этапу.

Тенденция постепенного увеличения нагрузок строится на основе *принципа постепенного наращивания развивающетренирующих воздействий*. Она выражает поступательный характер и гарантирует развивающий эффект системы физических упражнений и обуславливает усиление и обновление воздействий в процессе физического воспитания. Динамичность нагрузок зависит от закономерностей адаптации к ним ребенка.

Нормирование нагрузки основывается на *принципе адаптивного сбалансирования динамики нагрузок*. Реализация потенциальных двигательных возможностей организма, прогрессивное изменение психофизических качеств происходит волнообразно и обеспечивает развивающетренирующее воздействие физических упражнений на ребенка.

Упорядочению процесса физического воспитания способствует *принцип цикличности*. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что обеспечивает повышение тренированности, улучшает физическую подготовленность ребенка.

Формирование двигательных умений и навыков, физическое образование ребенка, его двигательные способности, функциональные возможности организма развиваются в физическом воспитании на основе *принципа возрастной адекватности* процесса физического воспитания (т.е. учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка).

Важнейшее значение в системе физического воспитания имеет *принцип всестороннего и гармонического развития личности*. Он содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое - развитие личности ребенка.

*Принцип оздоровительной направленности* решает задачи укрепления здоровья ребенка. Подбор физических упражнений для ребенка направлен не только на профилактику нарушения осанки, состояния здоровья, но и на всестороннее оздоровление организма, повышение его работоспособности, совершенствование психофизических качеств, поддержание эмоционально-положительного состояния, жизнерадостности и любви к жизни. Физические упражнения в сочетании с определенными процедурами повышают функциональные возможности организма, способствуют значительному улучшению оздоровительной деятельности мозга, функций желудочно-кишечного тракта, эндокринной системы и т.д.

Оздоровительная направленность физических упражнений и всех форм организации двигательной деятельности ребенка непременно должна осуществляться под строгим врачебным контролем.

В ДОУ используются разнообразные способы обучения:

- фронтальный направленный на одновременное осознанное выполнение двигательных действий всеми участвующими в этом процессе детьми;
- групповой - обеспечивает возможность самостоятельного упражнения в знакомых движениях небольшой группе детей или позволяет воспитателю, подобрав дифференцированные задания для небольших групп детей, обучать другую группу двигательному действию;



- индивидуальный позволяет каждому ребенку самостоятельно и успешно выполнять данное ему воспитателем задание.

Использование разнообразных способов обучения обеспечивает *принцип единства оптимального сочетания фронтальных, групповых и индивидуальных способов обучения*, что способствует эффективному решению воспитательно-образовательных и оздоровительных задач в работе с детьми.

Все принципы физического воспитания осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность физического воспитания и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.

### **1.3. Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей.**

Возрастные особенности, индивидуальные особенности, состав групп, сведения о семьях воспитанников.

В ДОУ функционирует 11 групп.

#### **Наполняемость групп**

Наименование группы	Возрастная категория	Направленность групп	Количество детей
Пгруппа раннего возраста (1 группа)	От 2 до 3 лет	Общеразвивающая	27
Младшая группа(1 группа)	От 3 до 4 лет	Общеразвивающая	21
Средняя группа (3 группы)	От 4 до 5 лет	Общеразвивающая	70
Старшая группа (3 группы)	От 5 до 6 лет	Общеразвивающая	67
Подготовительная к школе группа (3 группы)	От 6 до 7 лет	Общеразвивающая	62
			Всего 11 групп – 247 детей

ДОУ посещает 221 семья, 90 % семей живут в микрорайоне расположения ДОУ

**Контингент родителей, их возможности и готовность участвовать в образовательном процессе**

	Критерии	Группы					Всего
		1	2	3	4	5	
1.	Неполные семьи	7	4	3	2	2	18
2.	Многодетные	1	1	1	1	1	6
3.	Семьи с детьми инвалидами	-	-	-	-	-	-
4.	Дети-сироты	-	-	-	-	-	-
5.	Дети, оставшиеся без попечения родителей	-	-	-	-	-	-
6.	Родители, старше 50 лет	-	-	-	-	-	-
7.	Родители-инвалиды	-	-	-	-	-	-
8.	Семьи социального риска	-	1	-	-	-	1
9.	Семьи, имеющие статус беженцев	-	-	-	-	-	-
10.	Семьи, в которых работает 1 родитель	5	4	3	3	7	23
11.	Семьи, в которых не работают оба родителя	-	-	-	-	3	3
12.	Малообеспеченные семьи (стоят на учете в соц.защите)	-	-	-	-	-	-
13.	Родители, имеющие высшее образование	38	22	29	36	34	174
14.	Родители, имеющие среднее профессиональное образование	15	14	14	11	17	74
15.	Родители, имеющие среднее образование	-	8	8	1	5	24
16.	Всего мальчиков в группе	14	10	13	12	14	67
17.	Всего девочек в группе	16	14	14	13	15	78

Взаимодействие ДООУ с семьей является одним из важнейших направлений в организации целостного педагогического процесса. Одним из структурных компонентов родительской компетентности является социокультурная ориентация родителей, поэтому социальный статус семей воспитанников имеет большое значение.

Социальный анализ семей воспитанников показал, что дети в основном воспитываются в полных семьях (88%), родители с высшим образованием составляет 64%, средним профессиональным – 27%, средним – 9%. Высокий уровень социального статуса родителей позволяет, в рамках сотрудничества, вовлекать родителей в образовательный процесс, повысить уровень участия в мероприятиях ДООУ.

Возрастные особенности детей подробно сформулированы в примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой

1. Возрастные особенности детей от 2 до 3 лет: Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, с. 131-132

1. Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет: Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, с. 132

2. Возрастные особенности детей от 4 до 5 лет: Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, с. 132

3. Возрастные особенности детей от 5 до 6 лет: Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, с. 132-133

4. Возрастные особенности детей от 6 до 7 лет: Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, с. 132-133

#### **1.4. Целевые ориентиры**

Целевые ориентиры в соответствии с ФГОС ДО представлены в основной образовательной программе дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №5 «Колокольчик» общеразвивающего вида.

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

##### **II группа раннего возраста**

1. Умеет выполнять ходьбу и бег, не наталкиваясь на других детей.
2. Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т. д.
3. Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч.
4. Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезть через бревно, лежащее на полу.
5. Умеет самостоятельно одеваться и раздеваться в определенной последовательности.
6. Проявляет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).
7. При небольшой помощи взрослого пользуется индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).
8. Умеет самостоятельно есть.

##### **Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

1. Различает и называет органы чувств (глаза, рот, нос, уши), имеет представление об их роли в организме.
2. Имеет представление о полезной и вредной пище.
3. Имеет представление о здоровом образе жизни.
4. Ходит и бежит свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Действует совместно, участвует в построении в колонну по одному, шеренгу, круг, находит свое место при построениях.
5. Энергично отталкивается двумя ногами и правильно приземляется в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимает правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.
6. Энергично отталкивает мяч при катании, бросании. Ловит мяч двумя руками одновременно. Обхватывает перекладину во время лазанья.
7. Сохраняет правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
8. Реагирует на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполняет правила в подвижных играх. Проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.
9. Ползает на четвереньках, лазит по гимнастической стенке.

##### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

1. Знает части тела и органы чувств, их значение для жизни и здоровья человека.
2. Имеет представление о здоровом образе жизни.
3. Умеет оказывать себе элементарную помощь при ушибах, при необходимости обращаются за помощью к взрослым при заболевании, травме.

4. Ходит и бегаёт с согласованными движениями рук и ног. Бегаёт легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
5. Ползает, пролезает, подлезает, перелезает через предметы. Перелезает с одного пролёта гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
6. Энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперёд, ориентируется в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места сочетает отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохраняют равновесие. Выполняет прыжки через короткую скакалку.
7. Принимает правильное исходное положение при метании, отбивает мяч о землю правой и левой рукой, бросает и ловит его кистями рук (не прижимая к груди).
8. Участвует в построении, соблюдает дистанцию во время передвижения. Проявляет психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.
9. Выполняет ведущую роль в подвижной игре, осознанно относится к выполнению правил игры.
10. Проявляет активность в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
11. Выполняет действия по сигналу.

#### Старшая группа (от 5 до 6 лет)

1. Имеет представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма, о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.
2. Имеет представление о правилах ухода за больным (заботиться о нём, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения).
3. Проявляет интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.
4. Имеет представление об истории олимпийского движения.
5. Соблюдает технику безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.
6. Осознанно выполняет движения.
7. Легко ходит и бегаёт, энергично отталкиваясь от опоры, бегаёт наперегонки, с преодолением препятствий.
8. Лазит по гимнастической стенке, меняя темп.
9. Прыгает в длину, в высоту с разбега, правильно разбегается, отталкивается и приземляется в зависимости от вида прыжка, прыгает на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохраняя равновесие при приземлении.
10. Сочетает замах с броском при метании, подбрасывает и ловит мяч одной рукой, отбивая его правой и левой рукой на месте и ведёт его при ходьбе.
11. Ориентируется в пространстве.
12. Знает элементы некоторых спортивных игр, игр с элементами соревнования, играми-эстафетами.
13. Совместно со взрослыми готовит физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирает его на место.
14. Проявляет интерес к различным видам спорта, к спортивным играм и упражнениям, проявляет инициативу и творчество.

## Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

1. Соблюдает принципы рационального питания.
2. Имеет представление об активном отдыхе, о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.
3. Соблюдает заданный темп в ходьбе и беге, сочетает разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Выполняет активные движения кисти руки при броске.
4. Перелазит с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
5. Быстро перестраивается на месте и во время движения, равняется в колонне, шеренге, кругу; выполняет упражнения ритмично, в указанном темпе.
6. Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), спортивные упражнения.
7. Самостоятельно следит за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвует в уходе за ними.
8. Проявляет выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.
9. Самостоятельно организует подвижные игры, придумывает собственные игры, варианты игр, комбинирует движения.
20. Проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
21. Использует разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), ориентируется в пространстве; справедливо оценивает свои результаты и результаты товарищей. Проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

### **1.6. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности**

Педагогическая диагностика предполагает оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанную с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования. Объектом педагогической диагностики являются интегративные качества ребенка.

Педагогическая диагностика проводится в виде тестов, поэтапно в течении 8 - 10 дней с малыми подгруппами, либо индивидуально не более 2-3 тестовых заданий за одно занятие. Скоростно-силовые и силовые тесты проводятся в один день, тест на выносливость в другой день; тест на гибкость и ловкость в третий день.

Результаты тестирования фиксируются в протоколах и индивидуальных картах здоровья, на педагогическом совете ДООУ предоставляются в форме диаграмм.

Результаты педагогической диагностики используются для решения следующих образовательных задач:

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

2) оптимизации работы с группой детей.

Проведение педагогической диагностики обеспечивает возможность оценки индивидуального развития детей, с помощью использования карт развития, сбалансированность методов, не приводит к переутомлению воспитанников и не нарушает ход образовательного процесса. Во всех возрастных группах в начале и конце года отводится время для педагогической диагностики: две недели в сентябре, одна неделя в мае (согласно календарному учебному графику). Карты развития разработаны в соответствии с пособием «Мониторинг достижения детьми планируемых результатов»: пособие для педагогов / Н.О. Березина, И.А. Бурлакова, Е.Е. Клопотова. – М.: Просвещение, 2011г.

Ежедневно ведется учет переболевших детей для проведения физкультурных занятий во всех возрастных группах.

Обследование проходит по методике: «Двигательная активность ребенка в детском саду» Рунова М.А., 2000

Тест для определения скоростных качеств

1. Бег на 30 м со старта (тестируются скоростные качества).

Тесты для определения скоростно-силовых качеств

1. Прыжок в длину с места
2. Бросок мешочка весом 150г правой, левой рукой (тестируются уровень физического развития детей, их ориентировочные реакции и координационные способности).

Тесты для определения ловкости и координационных способностей

1. Статическое равновесие (тест выявляет и тренирует координационные возможности детей).
2. Подбрасывание и ловля мяча (тест на ловкость и координацию).
3. Отбивание мяча от пола (тестируется ловкость, скорость реакции, устойчивость позы).
4. Гибкость (тест характеризует подвижность всех звеньев опорно-двигательного аппарата, эластичность мышц и связок).

Тест для определения силы и силовой выносливости

1. Бег на 90 м, 120 м, 150 м со старта (тест для определения силовой выносливости)
2. Подъем туловища из положения, лежа на спине

## Ориентировочные показатели физической подготовленности детей

№	Наименование показателя	Пол	3 года	4 года	5 лет	6 лет	7 лет
1	Время бега на 30 м со старт (сек.)	мал.	7,8-7,5		8,5-8,1	8,0-6,5	7,2-6,0
		дев.	8,0-7,6		8,5-8,2	8,1-6,5	7,2-6,1
2	Длина прыжка с места ( см)	мал.	60-85	82-90	85-130	100-150	130-155
		дев.	55-80	79-87	85-125	90-140	125-150
3	Дальность броска набивного мяча весом 1 кг из - за головы, стоя (см)	мал.	110-150	120-160	160-230	175-300	220-350
		дев.	100-140	110-150	150-225	170-280	190-330
4	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во)	мал.	8-10	10-12	15-25		
		дев.	7-10	7-10	15-25	26-40	45-60
5	Отбивание мяча от пола (кол-во)	мал.	До 5	До 5	5-10	11-20	35-70
		дев.	раз	раз	5-10	10-20	35-70
6	Подъем из положения лежа на спине (кол-во)	мал.	5-10	6-10	11-17	12-25	15-30
		дев.	4-10	5-10	10-15	11-20	14-28

Подводя итоги диагностики, важно не просто установить уровень сформированных психофизических качеств (высокий, средний, низкий), но выявить темп прироста психофизических качеств у каждого ребенка, который можно определить по формуле Усакова В.

$$W = 100 \left( \frac{V_2 - V_1}{V_1 + V_2} \right) \cdot \frac{1}{2}, \text{ где}$$

- W — прирост показателей (%)
- V1- исходный уровень
- V2- конечный уровень

### Оценка темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста.

<b>Неудовлетворительно</b>	- до 8% - прирост за счет естественного роста
<b>Удовлетворительно</b>	- 8-10% - прирост за счет естественного роста и роста естественной двигательной активности
<b>Хорошо</b>	- 10-15% - прирост за счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания
<b>Отлично</b>	- свыше 15% - за счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений



### Оформление результатов проведенной педагогической диагностики

№	Фамилия, имя ребенка	Дата рождения	Быстрота	Сила ног прыжки в длину с места	Выносливость	Сила рук метание		Координация	Ловкость.	Гибкость	Равновесие	Уровень физической подготов детей.	Темп роста физических качеств
						Прав,	Лев.						
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													

## Диагностическая карта

№	Фамилия, имя ребенка	Уровень двигательной активности	Группа здоровья (отклонения)	Планирование индивидуальной работы
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				

## Индивидуальная карта здоровья

Год обследования	2020 -2021		2020 -2021		2020 -2021	
<i>Возраст</i>	<b>2-3</b>		<b>3-4</b>		<b>4-5</b>	
<i>Вес</i>						
<i>Рост</i>						
<i>Выносливость бег 90м, 120м, 150м</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>
<i>Быстрота бег (30м)</i>						
<i>Динамометрия</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>
<i>Правая кисть</i>						
<i>Левая кисть</i>						
<i>Сила рук-метание (см)</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>
<i>Правая рука</i>						
<i>Левая рука</i>						
<i>Сила ног прыжки в длину с места (см)</i>						
<i>Гибкость</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>
<i>Равновесие</i>						
<i>Координация</i>						
<i>Ловкость</i>						
<i>Уровень физического развития</i>						

## Индивидуальная карта здоровья

Год обследования	2020 -2021		2020 -2021			
	5-6		6-7			
<i>Возраст</i>						
<i>Вес</i>						
<i>Рост</i>						
<i>Выносливость бег 90м, 120м, 150м</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>		
<i>Быстрота бег (30м)</i>						
<i>Динамометрия</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>		
<i>Правая кисть</i>						
<i>Левая кисть</i>						
<i>Сила рук-метание (см)</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>		
<i>Правая рука</i>						
<i>Левая рука</i>						
<i>Сила ног прыжки в длину с места (см)</i>						
<i>Гибкость</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>	<i>на начало года</i>	<i>на конец года</i>		
<i>Равновесие</i>						
<i>Координация</i>						
<i>Ловкость</i>						
<i>Уровень физического развития</i>						

## II. Содержательный раздел

### 2.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие» (обязательная часть)

Содержание образовательной области «Физическое развитие» представлены:

#### **II группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)**

Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, с., 123-124.

#### **Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, с., 123-124.

#### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, с. 124-125.

#### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, с. 126-127.

#### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М. : МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, 127-128.

### **II группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)**

Создавать условия для инициативной двигательной активности в помещении и на улице.

Содействовать накоплению двигательного опыта, развитию основных видов движений (ходьба, бег, бросок, ловля, прыжки).

Создавать условия для формирования у детей интереса, положительных эмоций, потребности в движениях, активность и самостоятельность в их выполнении.

Укреплять здоровье ребенка, закаливать его, повышать работоспособность нервной системы.

Развивать культурно-гигиенические навыки.

Побуждать к соблюдению опрятности и чистоты, вызывать и поддерживать у ребенка приятные чувства от чистоты своего тела и окружающего пространства; поощрять за желание и умение с помощью взрослого приводить себя в порядок.

Вызывать желание пользоваться предметами индивидуального назначения (носовым платком, салфеткой, расческой, стаканчиком для полоскания рта).

Учить различать и называть органы чувств, дать элементарное представление об их роли в организме, необходимости бережно и регулярно ухаживать за ними.

Содействовать освоению элементарных сведений о человеческом организме, его физическом и психическом состоянии – здоровый, больной, веселый, грустный, устал.

Вызывать положительное отношение к режиму дня (приему пищи, сну, прогулке и др.).

## Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

### Основные движения

Упражнения в ходьбе и равновесии.	Ходьба стайкой за воспитателем в одном направлении; ходьба стайкой в разных направлениях за воспитателем к зрительным ориентирам, расположенным в разных местах комнаты или участка; самостоятельная ходьба стайкой к зрительному ориентиру по совместной инструкции («Идем в гости к кукле Маше» расстояние не менее 10 м); ходьба стайкой на носочках (1-1,5-2 м), в чередовании с обычной ходьбой «Вот какие мы большие» ходьба обычным шагом. Общее расстояние от 10 до 20 м. Ходьба стайкой в разных направлениях за воспитателем, к зрительным ориентирам, расположенным в разных местах комнаты или участка. Ходьба в колонне по одному со сменой направления; в колонне по одному за воспитателем со сменой темпа; в колонне по одному в сочетании с движением рук (самолеты, птицы) расстояние не менее 15-20 м. Ходьба с остановкой на сигнал («Будь внимательным» сигнал может быть звуковым, зрительным). Ходьба по ограниченной поверхности (длина дорожки 2-2,5 м, ширина от 25 до 10 см); по кругу (ходьба обычная, на носочках, взявшись за руки); по твердой и мягкой дорожкам; по прямой и извилистой дорожкам; по гладкой и колючей дорожкам; по гимнастической скамейке. Ходьба с перешагиванием предметов (8-10 предметов высотой от 10 до 25-30 см). Ходьба парами.
Упражнения в бросании, катании и ловле.	Отталкивание мяча, подвешенного в сетке, одной, двумя руками. Катание мяча взрослому и ловля. Прокатывание мяча по дорожке (длина 2-2,5 м, ширина 35 см); в ворота (расстояние до ворот 1,5-2 м, ширина ворот не менее 50 см). Бросание мяча вперед и бег за ним; перебрасывание мяча через сетку, через веревку (сетка, веревка подвешивается на уровне вытянутой руки ребенка). Подбрасывание мяча вверх и попытка поймать его; бросание мяча об пол и ловля; бросание мяча в горизонтальную цель (расстояние до цели 0,5-1 м -1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем
Упражнения в лазании, ползании	Ползание на четвереньках в одном направлении к зрительному ориентиру (расстояние от 2 до 3 м); ползание в разных направлениях к зрительным ориентирам (3-4 крупные игрушки размещаются в разных местах групповой комнаты или зала); по ограниченной поверхности (используются обычная дорожка, длина 2-2,5 м, ширина 35 см; извилистая дорожка, длина 2-2,5 м, ширина 35 см; мягкая дорожка, длина 2 м, ширина 35-40 см); между предметами (4-6 крупных предметов размещаются на расстоянии 50 см друг от друга). Подлезание под ворота (расстояние от ворот 2 м, ширина ворот не менее 50-60 см); под веревку натянутую на расстоянии 30-40 см от пола. Перелезание через бревно; лазание по стремянке (высота 1,5 м) любым способом; влезание на гимнастическую стенку и спезание с нее.
Упражнения в прыжках.	Подпрыгивание на месте, держась за обе руки взрослого. Прыжки на месте без опоры; вокруг обруча («Зайчик прыгает вокруг обруча»); в обруч. Прыжки по прямой дорожке в чередовании с ходьбой (длина дорожки 3-4 м, ширина 25-35 см); по извилистой дорожке в чередовании с ходьбой (длина дорожки 2-2.5 м, ширина 35 см); в длину («Перепрыгнем через ручеек» – ширина ручейка от 15 до 35 см); между предметами, огибая их («Зайчик прыгает между пенечками» – 5-6 больших кубиков размещаются на расстоянии 40 см друг от друга); спрыгивание с предметов (высота предметов 10-15 см).
Упражнения в беге.	Бег стайкой за воспитателем в одном и разных направлениях (расстояние от 8-10 м до 30 м); стайкой от воспитателя; стайкой за воспитателем в разном темпе. Бег в колонне друг за другом, по кругу друг за другом, по кругу, взявшись за руки. Бег со сменой направления по сигналу взрослого, бег с остановкой на сигнал (звуковой, зрительный) – расстояние 30 м. Бег по дорожкам: извилистой, мягкой; между предметами (предметы располагаются на расстоянии 50-60 см. Всего 5-6 крупных предметов). Непрерывный бег 30-40 с. Бег имитационный (как мышки, как лошадки и т.п.).
Упражнения для мышц туловища	Наклоняться вперед, в стороны, назад из различных исходных положений; лежа на животе прогибаться, приподнимая плечи над полом и разводя руки в стороны .
Упражнения для мышц брюшного пресса и ног	Ходьба на месте; сгибание левой (правой) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения, стоя, приседание (держась за опору), выставление ноги вперед на пятку, шевеление 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 предмет».
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 гнёздышках», «Через ручеек»
На ориентировку в пространстве	«Где звенит?», «Найди флажок»
Движение под музыку и пение	«Поезд», «Заинька», «Флажок»

## Задачи

1. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
2. Учить 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.
3. Учить ползать, лазать.
4. Учить разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).
5. Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

## Младшая группа (от 3 до 4 лет)

### Развитие движений с 3 до 4 лет.

Содержание образовательной области направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни».

### Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений.

Осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки.

Осуществлять под руководством медицинского персонала комплекс закаливающих процедур с использованием различных природных факторов (воздух, солнце, вода).

Обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим, регулярное проветривание.

Приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.

Обеспечивать их пребывание на воздухе в соответствии с режимом дня. Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 5-6 минут. При наличии условий организовывать обучение детей плаванию.

#### Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Развивать умение детей различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представления о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни детей.

Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других.

Формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

#### 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, лыжах.

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, 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), врассыпную. 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

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

## Спортивные упражнения

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

### 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 предмет»
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».

### Средняя группа (от 4 до 5 лет)

У четырехлетних детей возросли физические возможности: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае неудовлетворения этой потребности, ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, насытить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями.

Продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

Осуществлять под руководством медицинских работников комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода). Обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня.

Организовывать и проводить различные подвижные игры (зимой — катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах).

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 6-8 минут.

#### Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека. Дать представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Дать представления о необходимых телу человека веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием (Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми), «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Развивать умение заботиться о своем здоровье.

Дать представление о составляющих здорового образа жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Воспитывать потребность быть здоровым. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

#### **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.
Ходьба на лыжах	Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полуелочкой (прямо и наискось). Проходить на лыжах до 500 м.

#### **Подвижные игры**

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

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.

### **Задачи:**

1. Способствовать воспитанию скоростных, скоростно-силовых качеств, гибкости с применением специальных методических приемов, создавать условия для развития ловкости, выносливости.
2. Вызывать и поддерживать интерес к двигательной деятельности.
3. Побуждать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремления к качественному выполнению движений.
4. Содействовать развитию адаптационных возможностей и улучшению работоспособности детского организма.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

На шестом году жизни двигательный опыт детей заметно расширяется, активно развиваются двигательные и познавательные способности.

В развитии мышц выделяют несколько «узловых» периодов. Один из них – возраст шесть лет, когда у детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кисти рук. На шестом году жизни заметно улучшается устойчивость равновесия. При этом девочки имеют некоторые преимущества перед мальчиками. Резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательных систем заметно расширяются, особенно при проведении занятий на открытом воздухе и применении беговых и прыжковых упражнений. Контроль и оценка, как собственных движений, так и движений других детей позволяют ребёнку понять связь между способом выполнения движения и полученным результатом, а также научиться постепенно планировать свои практические и игровые действия.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей Продолжать под руководством медицинских работников проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 8-10 минут. Во время занятий, требующих высокой умственной нагрузки, и в промежутках между занятиями проводить физкультминутки длительностью 1 -3 минуты.

Приучать детей самостоятельно организовывать подвижные спортивные игры, выполнять спортивные упражнения на прогулке, используя имеющееся физкультурное оборудование: зимой кататься на санках, скользить по ледяным дорожкам, ходить на лыжах.

#### Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Расширять представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Обращать внимание детей на особенности их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представление о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Показывать зависимость здоровья человека от правильного питания.

Формировать умение определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Дать представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Учить характеризовать свое самочувствие.

Раскрыть возможности здорового человека.

Расширять представления о месте человека в природе, о том, как нужно жить, чтобы не вредить себе и окружающей среде. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься.

Познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

#### **Спортивные упражнения**

Катание на санках	Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.
Скольжение	Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.
Ходьба на лыжах	Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1-2 км.
Игры на лыжах	«Кто первый повернется?», «Слалом». «Подними», «Догонялки».

## 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», «Затейники», «Встречные перебежки», «Пустое место», «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

### Задачи:

1. Приучать анализировать качество выполнения физических упражнений, вычленять ведущие компоненты двигательного действия, замечать ошибки и исправлять их; содействовать развитию общей и статической выносливости, гибкости и скоростных способностей.
2. Формировать навык сохранения правильной осанки, содействовать пропорциональному развитию всех мышечных групп.
3. Воспитывать ответственное отношение к правилам при выполнении физических упражнений и в подвижных играх.
4. Развивать умения сравнивать способы выполнения движений по показателям силы и скорости, оценивать целесообразность их применения в заданных условиях и объяснять свой выбор.



## **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают скорость, направление движения, смену темпа и ритма. Растут возможности пространственной ориентировки, заметно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей этого возраста вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Нередко проявляются личные вкусы в выборе физических упражнений.

### **Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей**

Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Формировать интерес и любовь к спорту.

Систематически проводить под руководством медицинских работников различные виды закаливающих процедур с учетом индивидуальных особенностей детей.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 10-12 минут.

Во время занятий, требующих большой умственной нагрузки, и в промежутках между ними проводить физкультминутки продолжительностью 1-3 минуты.

Обеспечивать оптимальную двигательную активность детей в течение всего дня, используя подвижные, спортивные, народные игры и физические упражнения.

### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

Продолжать знакомить детей с особенностями строения и функциями организма человека.

Расширять представления о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека.

Учить использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Учить активному отдыху.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

### 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
Ходьба на лыжах	Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2 - 3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить
Игры на лыжах	«Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

### 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.

## 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

### Задачи:

1. Содействовать развитию общей выносливости, быстроты, ловкости, гибкости.
2. Развивать выразительность двигательных действий.
3. Обеспечить условия для проявления самостоятельности, как в организованных взрослых формах двигательной деятельности, так и для возникновения двигательной деятельности в соответствии с обстановкой (в группе, на участке, в зале и т.д.)
4. Повышать тренированность организма.

### 2.2. Взаимодействие с детьми по реализации ОО «Физическое развитие»

Взаимодействие с детьми по реализации ОО «Физическое развитие», проявляется с помощью организации непосредственно образовательной деятельности в форме партнерской деятельности взрослого с детьми. Проявление партнерской позиции взрослых на разных этапах НОД представлены в образовательной программе дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 5 «Колокольчик» общеразвивающего вида.

### Применение форм, методов, средств по реализации образовательной области «Физическое развитие»

Совместная деятельность взрослого и детей		Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьей
Образовательная деятельность (ОД)	Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов		
Методы и формы развития двигательных навыков детей			
Физкультурные	Комплексы	Создание условий	Создание

<p>занятия: -развлечения; сюжетно-игровые, - тематические, -классические, -тренирующие, - на улице, -походы, -с использованием тренажеров. Общеразвивающие упражнения: -с предметами, - без предметов, -сюжетные, -имитационные. Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения</p>	<p>закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам после сна, Утренняя гимнастика, Упражнения и подвижные игры во второй половине дня; Объяснение Показ Дидактические игры Чтение художественных произведений Личный пример Иллюстративный материал Досуг Театрализованные игры</p>	<p>для самостоятельной двигательной деятельности в группе. Подвижные игры Игровые упражнения Имитационные движения Спортивные игры (катание на санках, лыжах, велосипеде и др.); Сюжетно-ролевые игры</p>	<p>соответствующей предметно-пространственной, развивающей среды. Проектная деятельность. Совместные праздники, развлечения в ДОУ. Творческая деятельность. Экскурсии, пешие прогулки, походы. Беседа. Совместные игры Занятия в спортивных секциях Чтение художественных произведений.</p>
--	--	---	---

### **Интеграция образовательных областей**

**1. «Речевое развитие»:** развитие всех компонентов устной речи; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок; проговаривание действий и название упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой.

**2. «Познавательное развитие»:** расширение кругозора детей, активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и пр.), специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движения животных, труда взрослых), построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни.

**3. «Социально-коммуникативное развитие»:** создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников; формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивного инвентаря; участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.

4. **«Художественно-эстетическое развитие»:** ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение, проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение, развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера; привлечение внимание детей к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформление помещений, использование на занятиях физкультурой изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажков, картинок, мишени для метания), рисование мелом. Взаимодействие с детьми по реализации ОО «Физическое развитие»

Октябрь	«Путешествие в страну Неболейка»	Воспитывать стремление детей к здоровому образу жизни. Формировать чувства ответственности за укрепление своего здоровья.	Старший дошкольный (дети от 5 до 7 лет)
Ноябрь	«За здоровьем в детский сад» <i>День открытых дверей</i>	Воспитывать чувство взаимопомощи. Развивать двигательные навыки, выдержку и внимание в играх и эстафетах. Способствовать развитию у детей чувства удовлетворения от двигательных заданий.	Старший дошкольный (дети от 5 до 7 лет)
Декабрь	«Веселые петрушки»	Развивать творческие способности. Воспитывать ответственность, дружелюбность в детском коллективе;	Младший (дети от 3 до 4 лет)
Декабрь	«Волшебная гостя»	Развивать творческие способности. Воспитывать ответственность, дружелюбность в детском коллективе;	Средний дошкольный (дети от 4 до 5 лет)
Январь	«Сказка про собаку» (спектакль)	Воспитывать у детей желание познавать культуру своего народа(через сказки, пословицы, поговорки, песни, танцы, игры, обряды).	Младший – средний дошкольный (дети от 3 до 5 лет)
Январь	Зимние каникулы «Неделя зимних игр и забав»	Воспитывать любовь к спорту, закрепить знания о зимних видах спорта, развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве, развивать умение выполнять подражательные движения, воспитывать чувство товарищества и спортивный характер	Старший дошкольный (дети от 5 до 7 лет)
Февраль	«Колобок румяный бок» сказка на новый лад	Развивать двигательные навыки и умения. Воспитывать любовь к народному творчеству, к народным играм и песням.	Младший – средний дошкольный (дети от 3 до 5 лет)

Февраль	«Богатырская сила» (совместно с родителями)	Расширять гендерные представления. Воспитывать бережное и чуткое отношение к самым близким людям, потребность радовать родных и близких добрыми делами.	Старший дошкольный (дети от 5 до 7 лет)
Март	«Мамины помощники»	Воспитывать нравственные качества – любви, доброты, отзывчивости, желание доставлять радость близким и друзьям.	Младший дошкольный (дети от 3 до 4 лет)
Март	«Волк и семеро козлят на новый лад»	Прививать навыки здорового образа жизни. Воспитывать выносливость, смекалку, ловкость. Тренировать внимание и музыкальную память.	Старший дошкольный (дети от 5 – 7 лет)
Апрель	«День смеха и веселья»	Развивать двигательные навыки и умения, умение играть в совместные игры, активизировать словарный запас, воспитывать коммуникативные качества, уважение друг к другу. Создать радостное эмоциональное настроение.	Старший дошкольный (дети от 5 до 7 лет)
Апрель	«Клоун в гостях у ребят»	Закреплять представление о правилах поведения на улице; знакомить с дорожными знаками; формировать навыки поведения на проезжей части. Формировать у детей навыков безопасного поведения в чрезвычайных жизненных ситуациях.	Младший дошкольный (дети от 2 до 7 лет)
Май	«День Победы» Спортивно-музыкальный досуг	Воспитывать детей в духе патриотизма, любви к Родине. Расширять знания о героях Великой Отечественной войны, о победе нашей стране в войне.	Старший дошкольный (дети от 5 до 7 лет)
Май	«Веселые старты»	Воспитывать волевые качества, командный дух, взаимопомощь, сопереживание, доброту; развивать стремления к победе и уверенность в своих силах, умение побеждать и проигрывать.	Средний - старший дошкольный (дети от 5 до 7 лет)

### 2.3. Взаимодействие с родителями по реализации ОО «Физическое развитие»

Взаимодействие с семьями воспитанников осуществляется в соответствии с образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 5 «Колокольчик» общеразвивающего вида.

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

<b>Месяц</b>	<b>Формы работы</b>	<b>Цели</b>	<b>Возраст</b>
<b>Сентябрь-май</b>	«Физическое развитие детей в ДОУ» (родительское собрание)	Раскрыть перед родителями важные стороны физического развития. Формировать чувства ответственности за укрепление здоровья своего ребёнка.	Старший дошкольный возраст (дети от 5 до 7 лет)
<b>Октябрь</b>	«Игра в жизни ребёнка» (папка-передвижка)	Помочь родителям осознать важность игровой деятельности ребенка.	Младший – средний возраст (дети от 2 до 5 лет)
<b>Сентябрь-май</b>	«Способности вашего ребенка, как их развить» (индивидуальные беседы)	Заинтересовать, увлечь родителей творческим процессом развития гармоничного становления личности ребенка.	Все возраста
<b>Декабрь-март.</b>	«Зимние забавы» (папка-передвижка)	Знакомить родителей с играми и видами спорта в зимний период времени.	Младший – средний возраст (дети от 2 до 5 лет)

## 2.4. Взаимодействие с педагогами по реализации ОО «Физическое развитие»

Месяц	Формы работы	Цели	Возраст
Сентябрь	«Организация совместной оздоровительной деятельности детей» (памятка)	Напомнить педагогами принципы организации совместной оздоровительной деятельности с детьми на каждой возрастной ступени дошкольного детства.	Все воспитатели
Октябрь	«Игра в жизни ребенка» (консультация)	Оказание помощи воспитателям в применении подвижных игр в совместной деятельности с детьми.	Младший – средний
Ноябрь	«Гимнастика пробуждения после дневного сна» (консультация)	Укрепление, обогащение связей и отношений педагогов с детьми.	Старший дошкольный
Декабрь	«Как научить ребенка кататься на санках» (консультация)	Знакомить педагогов с играми и правилами катания на санках	Все воспитатели
Январь	«Новые виды и формы развлечений для малышей» (консультация)	Знакомство педагогов с новыми видами и формами развлечений для детей. Поддержание заинтересованности, инициативности педагогов в проведении досугов и развлечений.	Младший – средний
Февраль	«Организация образовательной деятельности области «Физическое развитие» в режимных моментах» (памятка).	Повышение компетентности воспитателей в области физическое развитие.	Все воспитатели
Март	«Игровой самомассаж» (семинар-практикум)	Знакомство воспитателей с игровым самомассажем с пением. Оказание помощи в создании картотеки с игровым самомассажем по каждой возрастной группе..	Младший – средний
Май	«Организация физкультурно–оздоровительной работы в летний период» (консультация).	Повышение компетентности педагогов в области физическое развитие в летний оздоровительный период.	Старший – подготовительный

## 2.5. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Организационные особенности.

Эффективность образовательного процесса обусловлена активностью обеих сторон взаимодействия (педагога и ребенка), с вовлечением в образовательный процесс родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста.



Основной акцент взаимодействия направлен на реализацию технологии сотрудничества (педагог – ребенок – родитель) и создание РППС в группах ДОУ для организации различных видов детской деятельности.

«Конкретное содержание образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами программы и может реализовываться в различных видах деятельности» (п.2.7 ФГОС ДО).

Виды деятельности:

1. Игровая (включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры).
2. Коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками).
3. Познавательно-исследовательская (исследование объектов окружающего мира и экспериментирование с ними).
4. Восприятие художественной литературы и фольклора.
5. Самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице).
6. Конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал.
7. Изобразительная (рисование, лепка, аппликация).
8. Музыкальная (восприятие смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах).
9. Двигательная (овладение основными движениями).

Существуют различные варианты классификации видов детской деятельности, в данной программе за основу взята классификация видов детской деятельности доктора педагогических наук, профессора - Дыбиной О.В.

#### Особенности образовательной деятельности

Деятельность	Виды образовательной деятельности	Формы, методы, средства организации видов деятельности
1. Игровая деятельность – форма активности ребенка, направленная не на результат, а на процесс действия и способы осуществления и характеризующаяся принятием ребенком условной (в отличие от его реальной жизненной) позиции.	Творческие игры: - режиссерские (на основе готового содержания, предложенного взрослым; по мотивам литературных произведений; с сюжетами, самостоятельно придуманными детьми); - сюжетно-ролевые; - игры-драматизации; - театрализованные; - игры со строительным материалом (со специально созданным материалом: напольным и настольным	Режимные моменты Прогулка НОД РППС (центр игры, центр театра, центр конструирования) Проект

	<p>строительным материалом, строительными наборами, конструкторами и т.п.; с природным материалом; с бросовым материалом);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- игры-фантазирование;</li> <li>- импровизационные игры-этюды.</li> </ul> <p>Игры с правилами:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дидактические (по содержанию: математические, речевые, экологические; по дидактическому материалу: игры с предметами, настольно-печатные, словесные – игры-поручения, игры-беседы, игры-путешествия, игры-предположения, игры-загадки);</li> <li>- подвижные (по степени подвижности: малой, средней и большой подвижности; по преобладающим движениям: игры с прыжками, с бегом, лазаньем и т.п.; по предметам: игры с мячом, с обручем, скакалкой и т.п.);</li> <li>- развивающие;</li> <li>- музыкальные;</li> <li>- компьютерные.</li> </ul>	
<p>2.Познавательная исследовательская деятельность – форма активности ребенка, направленная на познание свойств и связей объектов и явлений, освоение способов познания, способствующая формированию целостной картины мира.</p>	<p>Экспериментирование, исследование;</p> <p>моделирование:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- замещение;</li> <li>- составление моделей;</li> <li>- деятельность с использованием моделей;</li> <li>- по характеру моделей (предметное, знаковое, мысленное).</li> </ul>	<p>Прогулка НОД РППС (центр природы, центр экспериментирования) Проект</p>
<p>3.Коммуникативная деятельность – форма активности ребенка, направленная на взаимодействие с другим человеком как</p>	<p>Формы общения со взрослым:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ситуативно-деловая;</li> <li>- внеситуативно-</li> </ul>	<p>НОД Режимные моменты Игра</p>

<p>субъектом, потенциальным партнером по общению, предполагающая согласование и объединение усилий с целью налаживания отношений и достижения общего результата.</p>	<p>познавательная; - внеситуативно – личностная. Формы общения со сверстником: - эмоционально-практическая; - внеситуативно – деловая; - ситуативно-деловая. Конструктивное общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками, устная речь как основное средство общения.</p>	
<p>4. Двигательная деятельность – форма активности ребенка, позволяющая ему решать двигательные задачи путем реализации двигательной функции.</p>	<p>Гимнастика: - основные движения (ходьба, бег, метание, прыжки, лазанье, равновесие); - строевые упражнения; - танцевальные упражнения; - с элементами спортивных игр (летние и зимние виды спорта). Игры: - подвижные; - с элементами спорта. Простейший туризм. Катание на самокате, санках, велосипеде, ходьба на лыжах и др.</p>	<p>Утренняя гимнастика НОД Прогулка Спортивные развлечения, соревнования РППС (центр физического развития)</p>
<p>5. Самообслуживание и элементы бытового труда – это форма активности ребенка, требующая приложения усилий для удовлетворения физиологических и моральных потребностей и приносящая конкретный результат, который может увидеть/потрогать/почувствовать.</p>	<p>Самообслуживание; хозяйственно-бытовой труд; труд в природе; ручной труд.</p>	<p>Дежурство РППС (центр природы, центр игры) Прогулка Режимные моменты</p>
<p>6. Изобразительная деятельность – форма активности ребенка, в результате которой создается материальный или идеальный продукт.</p>	<p>Рисование, лепка, аппликация.</p>	<p>НОД Выставки, конкурсы детских рисунков. Режимные моменты РППС (центр художественно-эстетического развития)</p>
<p>7. Конструирование из различных материалов – форма активности ребенка, которая развивает у него пространственное мышление,</p>	<p>Конструирование: - из строительных материалов; - из коробок, катушек и</p>	<p>НОД В режимных моментах РППС (центр конструирования)</p>

<p>формирует способность предвидеть будущий результат, дает возможность для развития творчества, обогащает речь.</p>	<p>другого бросового материала; - из природного материала. Художественный труд: - аппликация; - конструирование из бумаги.</p>	
<p>8.Музыкальная деятельность – это форма активности ребенка, дающая ему возможность выбирать наиболее близкие и успешные в реализации позиции: слушателя, исполнителя, сочинителя.</p>	<p>Восприятие музыки. Исполнительство (вокальное, инструментальное): - пение; - музыкально-ритмические движения; - игра на детских музыкальных инструментах. Творчество (вокальное, инструментальное): - пение; - музыкально-ритмические движения; - музыкально-игровая деятельность; - игра на музыкальных инструментах.</p>	<p>НОД В режимных моментах Утренники, праздники, развлечения РППС (центр музыки)</p>
<p>9.Восприятие художественной литературы и фольклора – форма активности ребенка, предполагающая не пассивное созерцание, а деятельность, которая воплощается во внутреннем содействии, сопереживании героям, в воображаемом перенесении на себя событий, в «мысленном действии», в результате чего возникает эффект личного присутствия, личного участия в событиях.</p>	<p>Чтение (слушание); обсуждение (рассуждение); рассказывание (пересказывание), декламация; разучивание; ситуативный разговор.</p>	<p>НОД В режимных моментах Театрализация РППС (центр книги)</p>

## 2.6. Способы и направления поддержки детской инициативы

Способы и направления детской инициативы представлены в образовательной программе дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 5 «Колокольчик» общеразвивающего вида

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка ОО «Физическое развитие».

Психолого – педагогические условия осуществляется в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «МБДОУ д/с № 5 «Колокольчик».

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

Организация РППС осуществляется в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «МБДОУ д/с № 5 «Колокольчик»

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. Количество оборудования определяется из расчета активного участия всех детей в процессе разных форм двигательной активности. Разнообразие оборудования обусловлено спецификой построения и содержания разных видов НОД по физической культуре (утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика после дневного сна, занятие по физической культуре, игры и упражнения на воздухе и в помещении, физкультурные досуги и праздники).

Примерный набор физкультурного оборудования для второй младшей группы			
Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега и равновесия	Доска с ребристой поверхностью	Длина 200 см Ширина 20 см Высота 4 см	1
	Модуль «Змейка»	Длина 100 см Высота 15 см	1
	Коврик, дорожки массажные, со следочками		3
	Куб деревянный	Ребро 20 см	1

#### Содержание развивающей предметно-пространственной среды ОО «Физическое развитие»

Для прыжков	Обруч большой	Диаметр 95-100 см	1
	Куб деревянный	Ребро 20 см	1
	Мяч-попрыгунчик	Диаметр 50 см	2
	Обруч малый	Диаметр 50-55 см	5
	Шнур короткий	Длина 75 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	5
	Мяч резиновый	Диаметр 10 см	4
	Шар цветной	Диаметр 20-25 см	2
Для ползания и лазания	Обруч на подставке		2

Для общеразвивающих упражнений	Кубики		20
	Лента цветная (короткая)	Длина 50 см	10
	Мяч массажный	Диаметр 8-10 см	5
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	5
Примерный набор физкультурного оборудования для средней группы			
Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия	Дорожка массажная		2
	Шнур длинный	Длина 150-см, диаметр 2 см	1
Для прыжков	Куб деревянный	Ребро 20 см	1
	Мяч-попрыгунчик	Диаметр 50 см	2
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	5
	Скакалка короткая	Длина 120-150 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Кольцеброс (набор)		1
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Обруч большой	Диаметр 75 см	2
	Серсо (набор)		2
Для ползания и лазанья	Обруч на подставке		2
Для общеразвивающих упражнений	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	2
	Мяч	Диаметр 10-12 см	5
	Мяч	Диаметр 20 см	5
	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Кубики		20
	Ленточки разноцветные		15
	Султанчики		10
	Шнур короткий	Длина 75 см	5
Примерный набор физкультурного оборудования для старшей и подготовительной групп			
Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир		1
	Коврик массажный		2
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		2
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 г	4
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	1
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 500 г, 1 кг	1
	Мяч - массажер		5
	Обруч большой	Диаметр 75 см	5
Серсо (набор)		2	
Для ползания и лазанья	Обруч на подставке		2

Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		6
	Лента короткая	Длина 50-60 см	5
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	5
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	5

### 3.3. Материально-техническое обеспечение программы

#### 3.3.1. Общие сведения о материально-техническом оснащении ДОУ

Образовательная программа дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «МБДОУ «Детский сад № 5 «Колокольчик»

#### 3.3.2. Материально-техническое обеспечение ОО «Физическое развитие

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

#### Оснащение физкультурного зала

<b>Технические средства обучения</b>	Секундомер, динамометр, рулетка измерительная (5 м), музыкальный центр фонотека, компьютер, мультимедиа, интернет и т.д.
<b>Оборудование</b>	Спортивные тренажеры: «Велосипед», «Силовой», «Беговая дорожка», «Мини - степпер», «Мини - твист», «Батут», шведская стенка (высота 3 м, ширина 1-го пролета 95 см, расстояние между перекладинами 25 см) – 2 пролета., скалодром – 1 шт., канат – 1 шт., маты гимнастические – 2 шт., скамья гимнастическая – 1 шт., кубики -20 шт., доска ребристая – 1 шт., дуга для подлезания – 2 шт., конус для эстафет – 4 шт., мягкие модули «Веселые старты», корригирующие дорожки – 3 шт., баскетбольное кольцо – 1 шт., волейбольная сетка – 1 шт
<b>Инвентарь</b>	Фитболы – 6 шт., канат – 1 шт., скакалки - 15 шт., дуги - 3 шт., обручи - 20 шт., кегли - 30 шт., кольцоброс – 1 шт., гимнастические палки - 25 шт., кубики пласмассовые – 40 шт., погремушки – 30 шт., мячи большие - 20 шт., средние - 15 шт., маленькие - 10 шт., пластмассовые - 30 шт., волейбольный мяч - 1 шт., баскетбольный — 1 шт., свисток – 2 шт.
<b>Нестандартное оборудование</b>	Кольцеброс – 1 шт., цветные ленточки (длина 40см) – 40 шт., султанчики – 40 шт., массажные мячики, серсо.
<b>Учебно – методический материал</b>	Картотека подвижных игр по возрастам Картотека утренней гимнастики Картотека дыхательных упражнений Картотека считалок Картотека творческих упражнений Наглядное пособие «Летние виды спорта», «Зимние виды спорта» Мини музей «Спорт, спорт, спорт»

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

### 3.4. Планирование образовательной деятельности

Осуществляется в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения МБДОУ «Детский сад № 5 «Колокольчик».

#### Учебный план НОД «Физическое развитие» на 2020-2021 учебный год

Образовательная область	Возрастная группа	Основная часть нед./год	Часть, формируемая участниками образовательных отношений нед./год	Всего в неделю/в год
Физическое развитие	Группа №1 (от 2 до 3 лет)	3/102	-	3/102
	Группа №2 (от 3 до 4 лет)	3/108	-	3/108
	Группа №3 (от 4 до 5 лет)	3/108	-	3/108
	Группа №4 (от 5 до 6 лет)	3/108	-	3/108
	Группа №5 (от 6 до 7 лет)	3/108	-	3/108

### 3.5. Режим дня и распорядок дня

Режим дня осуществляется в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «МБДОУ «Детский сад 5 «Колокольчик»

### 3.6. Организация культурно-досуговой деятельности

Примерный перечень развлечений и праздников представлен: Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. — М. : МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, с. 273-276



### 3.7 Двигательный режим

Форма работы	Возрастные группы, особенности организации, продолжительность				
	2 группа раннего развития	младшая группа	средняя группа	старшая группа	Подготовительная к школе группа
Утренняя гимнастика	Ежедневно 4-5 мин	ежедневно 5-6мин	ежедневно 6-8 мин	ежедневно 8-10 мин	ежедневно 10-12 мин
Двигательная разминка Физкультминутка Подвижные игры и физические упражнения на улице Оздоровительный бег Индивидуальная работа Прогулки, походы Гимнастика после дневного сна закаливающие процедуры с корректирующими упражнениям	ежедневно во время большого перерыва между занятиями ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий 3-5мин ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами с учетом ДА детей 25-30мин. 10-15 мин                      15-20мин                      20-25мин                      25-30мин                      30-40-мин ежедневно во время утренней прогулки по 5-7 чел. ежедневно во время вечерней прогулки длительность 10-12 мин 1 раза в 4 месяца 60-120 мин ежедневно после дневного сна, по мере пробуждения детей				
Занятия по физической культуре	3 раза в неделю по 10 мин	3 раза в неделю 15 мин	3 раза в неделю 20 мин	3 раза в неделю 25 мин	3 раза в неделю 30 мин
Самостоятельная деятельность	ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на открытом воздухе, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей				
<b>Активный отдых:</b> Физкультурные досуги Физкультурные праздники  День здоровья Игры, соревнования между подготовительными группами	1 раз в месяц  1раз в год	1раз в месяц 1раз в год  30мин	1раза в мес. 30мин 2раза в год 60мин  1раз в год	1 раз в месяц 40 мин 2 раза в год 1ч.30 мин  1 раз в год	1раза в месяц 45мин 2раза в год 1ч.30мин  1раз в год 1 раза в год 60мин
Домашние задания	утренняя гимнастика, физкультурные упражнения вместе с родителями.				
Спортивные кружки, секции	по желанию, длительность 20-35 мин				

### 3.8 Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» СЕНТЯБРЬ

#### 3.8.1. Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» 2 группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
№ занятия. дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
		Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8
<b>Целевые ориентиры развития ребенка:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на 2х ногах, может бросать мяч руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.					
1 часть Вводная часть	Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за инструктором, ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором. Познакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, на носках, пятках, в колонне по одному, с высоким подниманием колен				
ОРУ	Без предметов	С флажками	С кубиками	С погремушками	
2 часть Основные виды движений	1. Ходить и бегать небольшими группами за инструктором. 2. Учить ходить между 2мя линиями, сохраняя равновесие.	1. Ходьба с высоким подниманием колен в прямом направлении за инструктором. 2. Подпрыгивать на 2х ногах на месте.	1. Ходьба по бревну приставным шагом 2. Учить энергично, отталкивать мяч 2мя руками.	1. Ходьба по рейке, положенной на пол 2. Подлезать под шнур. 3. Катание мяча друг другу	
3 часть Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Догони меня»	«Солнышко и дождик»	«По ровненькой дорожке»	
Малоподвижные игры	«Мышки» Спокойная ходьба	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» 2 группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) Октябрь

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
№ занятия. дата	1-я неделя Занятия 1-2	2-я неделя Занятия 3-4	3-я неделя Занятия 5-6	4-я неделя Занятия 7-8	
<p><b>Целевые ориентиры развития ребенка</b> 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 2мя 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 д/с.</p>					<p><b>Физическое:</b> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей</p> <p><b>Социально - коммуникативное:</b> развивать активность детей в двигательной деятельности, умение учиться соблюдать правила общения спокойно, без крика. безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила.</p>
1 часть Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С флажками	С кубиками	
2 часть Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске с перешагиванием 2. Ползание на четвереньках между предметами 3. Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте	1. Во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; 2. Перепрыгивание через веревочки, приземляясь на полусогнутые ноги. 3. Упражнять в прокатывании мячей	1. Подлезать под шнур. 2. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади 3. Упражнять в прокатывании мячей.	1. Подлезание под шнур. 2. Ходьба по уменьшенной площади. 3. Катание мяча в ворота	
3 часть Подвижные игры	«Поймай мяч»	«Солнышко и дождик»	«Обезьянки»	«Воробушки и автомобиль»	
Малоподвижные игры	Звуковое упр. «Кто как кричит?»	Пальчиковая гимн. «Молоток»	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	Самомассаж «Ладшки»	

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» 2 группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
№ занятия. дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
<p><b>Целевые ориентиры развития ребенка:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка(наоснове интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах, имеет элементарные представления оценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хорошихи плохих поступков.</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумяногами и правильно приземлятьсяв прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p><b>Социально - коммуникативное:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которыхразвиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами, помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
1 часть Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег врассыпную, вколонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С кубиками	С платочками	
2 часть Основные виды движений	1. Ходьба по уменьшенной площади; 2.Прыжки через веревочки, положенные в ряд 3. Ползание на четвереньках	1 Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги. 2 . Прокатывание мяча через ворота 3. Ходьба по бревну приставным шагом	1Ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его назад; 2. Ползать на четвереньках. 3.Прыжки вокруг предметов	1. Подлезать под дугу на четвереньках. 2. Ходьба по уменьшенной площади, с перешагиванием через кубики 3.Метание мяча в горизонтальную цель	
3 часть Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Автомобили»	«По ровненькой дорожке»	«Проползи в ворота»	
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	«Пальчиковая гимн. «Моя семья»	«Найди, где спрятано»	«Где спрятался мышонок»	

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» 2 группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
№ занятия. дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
<p><b>Целевые ориентиры развития ребенка</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка(на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.</p>					<p><u>Физическое развитие</u> упражнять в ходьбе и беге по кругу, в рассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие. <u>Социально-коммуникативное:</u> дать представление о том, что утренний зарядка, игры, физ упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь. продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p>
1 часть Вводная часть	Ходьба и бег в рассыпную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С кубиками	С погремушками	
2 часть Основные виды движений	1 Ходьба по доске, положенной на пол 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Прокатывание мяча друг другу	1. Перебрасывание мячей через веревочку вдаль 2. Подлезать под шнур. 3. Ходьба с перешагиванием через 3 набивных мячей	1. Ползание по туннелю 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по веревочке, положенной на пол, змейкой	1. Ползание под дугой на четвереньках 2. Прыжки через набивные мячи друг другу, через ворота	
3 часть Подвижные игры	«Наседка и цыплята»	«Поезд»	«Догони мишку»	«Мыши и кот»,	
Малоподвижные игры	«Лошадки»	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» 2 группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) ЯНВАРЬ**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
№ занятия. дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	<u>Физическое развитие</u>
<p><b>Целевые ориентиры развития ребенка:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка(на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физ.упр., проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.</p>					<p>упражнять в ходьбе и беге по кругу, враспынную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p>Социально-коммуникативное дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упраж-нения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. постепенно вводить игры с более ложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, развивать диалогическую форму речи.</p>
1 часть Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий				
ОРУ	С мячом	С кубиками	С погремушками	С платочками	
2 часть Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске(20см). 2. Прыжки на двух ногах через предметы (5см) 3. Метание малого мяча в цель	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Прыжки в длину с места	1. Лазание по гимнастической лесенке-стремянки. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, 3. Прокатывать мяч друг другу	1. Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой 2. Подлезать под шнур, не касаясь руками пола 3. Ходьба по доске по гимнастической скамейке	
3 часть Подвиж. игры	«Зайка беленький сидит»	«Где звенит»,	«Птички в домиках»	«Зайка, выходи.»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» 2 группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
№ занятия. дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	<p><u>Физическое развитие</u> 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.</p> <p><u>Социально-коммуникативное</u> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p>
<p><b>Целевые ориентиры развития ребенка</b> 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</p>					
1 часть Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег в рассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	Без предметов	С погремушками	С платочками	С кубиками	
2 часть Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске 2. Прыжки с продвижением вперед. 3. Прокатывание мяча между кеглями	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки – мягкое приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	
3 часть Подвижные игры	«Серый волк»	«Кто скорее добежит»,	«Воробышки и автомобиль»	«Мой весёлый Звонкий мяч»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Лошадки»	Дыхательные упражнения «Задует свечи»	

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» 2 группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
№ занятия. дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
<p><b>Целевые ориентиры развития ребенка:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p><b>Социально-коммуникативное</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
1 часть Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег в рассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	<b>Без предметов</b>	<b>С кубиками</b>	<b>С лентами</b>	<b>С флажками</b>	
2 часть Основные виды движений	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по канату/тубоком 3. Ползание в туннеле 4. Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его	1. Ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	1. Ходьба по ограниченной поверхности 2. Перебрасывание мяча через шнур 3. Лазание по гимн. стенке	1. Ходьба по канату приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Пролезание в обруч	
3 часть Подвижные игры	«Курочка хохлатка»	«Лохматый пес»	Маленькие и большие ножки»	«Воробушки и автомобиль»	
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Пчелки»	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	Пальчиковая гимнастика «Семья»	



**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» 2 группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) АПРЕЛЬ**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
№ занятия. дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
<p><b>Целевые ориентиры развития ребенка</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка(на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству</p>					<p><u>Физическое развитие:</u> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем. <u>Социально-</u></p>
1 часть Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; учить работать вместе при игре с парашютом				
ОРУ	<b>Без предметов</b>	<b>С лентами</b>	<b>С кубиками</b>	<b>С платочками</b>	<p><u>коммуникативное:</u> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p>
2 часть Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки на мат приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами 4. Перебрасывание мяча друг другу	1. Ходьба по лестнице положенной на пол 2. Прокатывание мяча в ворота. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	
3 часть Подвижные игры	«Солнышко и дождик»	«По дорожке»	«Доползи до погремушки»	«Догони мяч»	
Малоподвижные игры	«Кто ушел»	«Найди комарика»	«Парашют» Дует, дует ветерок	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» 2 группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) МАЙ**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
№ занятия. дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя		
	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	<p><u>Физическое развитие:</u> 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.</p> <p><u>Социально-коммуникативное:</u> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика. Развивать диалогическую форму речи.</p>	
<p><b>Целевые ориентиры развития ребенка</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, 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</p>						
1 часть Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед					
ОРУ	На больших мячах	С мячами	С палками	С малым мячом		
2 часть Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание малого мяча. 4. Ходьба по лесенке, положенной на пол	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (боком) руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прокатывание мяча в ворота	1 Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по наклонной доске 3. Ползание в туннеле 4. Метание мешочков вдаль		
3 часть Подвижные игры	«Зайка серый умывается»	«Пузырь»	«Поезд»	«Солнышко, солнышко»		
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	«Релаксация» «Влесу»	Дыхательные упражнения «Пчелки»		

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД  
по физической культуре на воздухе  
2 группа раннего возраста**

Месяц	Дата	Задачи
сентябрь	1-я неделя	Ходьба подгруппой и всей группой; Прыжки на двух ногах на месте; Игровое упражнение «Птички летают»; П/и «Воробушки и автомобиль».
	2-я неделя	Ходьба подгруппами; Бег в прямом направлении; Ходьба по прямой дорожке(2-3 м); П/и «По тропинке».
	3-я неделя	Ходьба парами; Бег всей группой; Прыжки на двух ногах с продвижением вперед; П/и «По тропинке».
	4-я неделя.	Ходьба подгруппами и всей группой; Бег подгруппами и всей группой; Ходьба по прямой дорожке; Прыжки на двух ногах с продвижением вперед; П/и«Зайка серенький сидит».
октябрь	1-я неделя	Ходьба парами; Бег в прямом направлении; Ходьба по доске; Прыжки на двух ногах с продвижением вперед; П/и «Принеси предмет».
	2-я неделя	Ходьба всей группой; Бег друг за другом; Прыжки на двух ногах на месте; Бросание мяча друг другу; П/и «Мой веселый звонкий мяч».
	3-я неделя	Ходьба подгруппами и всей группой; Бег подгруппами и всей группой; Кружение в медленном темпе; Катание мяча одной рукой воспитателю; П/и«По тропинке».
	4-я неделя.	Бросания мяча друг другу; Ходьба группой друг за другом; Бег всей группой друг за другом; Прыжки через линию; П/и «Догони мяч».
ноябрь	1-я неделя	Ходьба по кругу, взявшись за руки; Бег друг за другом; Кружение в медленном темпе; Подлезание под воротца; П/и«По тропинке».
	2-я неделя	Ходьба подгруппами; Бег в медленном темпе; Ходьба по прямой дорожке(ширина 20 см, длина 2-3 м)с перешагиванием через предметы; Перелезание через бревно; П/и «Птички в гнездышке».
	3-я неделя	Бросание мяча вперед двумя руками снизу; Ходьба с изменением темпа; Бег в прямом направлении; П/и«Мой веселый звонкий мяч».
	4-я неделя.	Ходьба по кругу, взявшись за руки; Ходьба по прямой дорожке(ширина 20см, длина 2-3 м)с перешагиванием через предметы;

<b>декабрь</b>	1-я неделя	Ходьба с изменением темпа; Бег в прямом направлении; Прыжки на двух ногах на месте; бросание снежка вперед двумя руками из-за головы; П/и«Птички в гнездышке».
	2-я неделя	Ходьба с переходом на бег и наоборот; Ходьба по прямой дорожке с перешагиванием через предметы; Перелезание через снежный вал; П/и«Найди зайку».
	3-я неделя	Ходьба с изменением направления; Бег с изменением темпа; Кружение в медленном темпе; Прыжки на двух ногах на месте; П/и«Кто тише».
	4-я неделя.	Ходьба с переходом на бег и наоборот; Прыжки на двух ногах на месте; Подлезание под снежную арку; П/и«Кто тише?».
<b>январь</b>	1-я неделя	Ходьба врассыпную; Бег с изменением темпа; Подлезание под снежную арку; Бросание снежков вдаль;
	2-я неделя	Ходьба с изменением направления; Бег в колонне по одному; Ходьба по прямой дорожке(ширина 20 см, длина 2-3 м)с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см); Прыжки вверх с касанием предмета(находящегося на 10-15 см выше поднятой руки); П/и «Снег, снег кружится».
	3-я неделя	Ходьба с переходом на бег; Подлезание под снежную арку; Прыжки на двух ногах на месте; П/и«Найди зайку».
	4-я неделя.	Ходьба врассыпную; Бег в колонне по одному; Перелезание через снежный вал; Катание снежных комков; П/и «Догоните меня!».
<b>февраль</b>	1-я неделя	Ходьба парами; Бег друг за другом; Лазание по лестнице – стремянке; Бросание снежков правой и левой рукой; П/и «Перешагни палку».
	2-я неделя	Ходьба парами; Бег парами; Ходьба по прямой дорожке; Прыжки в длину с места с отталкиванием двумя ногами; П/и«Птички в гнездышках».
	3-я неделя	Ходьба, взявшись за руки; Бег в прямом направлении; Прыжки вверх с касанием предмета(находящегося на 10-15 см выше поднятой руки); Лазание по лестнице - стремянке; П/и«Воробушки и автомобиль».

	4-я неделя.	Ходьба с изменением направления; Бег друг за другом; Ходьба по ступенькам; Лазание по лестнице – стремянке; П/и«По тропинке».
март	1-я неделя	Ходьба с обхождением снежных построек; Бег в колонне по одному; Метание снежков правой и левой рукой; Прыжки на двух ногах с продвижением вперед; П/и«Зайка».
	2-я неделя	Ходьба с переходом на бег и обратно; Ходьба по снежному валу; Лазание по лестнице; П/и«У медведя во бору».
	3-я неделя	Ходьба с обходом предметов; Бег в прямом направлении; Ходьба по прямой дорожке(ширина 20 см, длина 2-3 м)с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см) ; Подлезание под снежную арку; П/и«Принеси предмет».
	4-я неделя	Ходьба с переходом на бег и обратно; Ходьба по снежному валу; П/и «Допрыгни до зайки(мишки); П/и «Догони зайку(мишку)».
Апрель	1-я неделя	Ходьба с обхождением построек; Бег в прямом направлении; Метание снежков в цель; Прыжки в длину с места с отталкиванием двумя ногами; П/и«Найди мишку».
	2-я неделя	Ходьба враспынную; Бег в разных направлениях; Ходьба по скамеечке; Метание мячей правой и левой рукой; П/и«Птички летают».
	3-я неделя	Ходьба с обходом предметов(игрушек); Бег в колонне по одному; Ходьба по скамеечке; Бросание мяча через сетку; П/и«Найди цветок».
	4-я неделя	Ходьба приставным шагом вперед; Бег друг за другом; Лазание по лесенке – стремянке; Метание шариков в песочницу; П/и«Через ручеек».
май	1-я неделя	Ходьба в колонне по одному; Бег друг за другом; Ходьба приставным шагом в сторону; Прыжки из круга в круг; П/и«По тропинке».
	2-я неделя	Ходьба приставным шагом по краю песочницы; Бег вокруг песочницы; Лазание по лесенке; Перешагивание через предметы(высота 10-15 см); П/и«Солнышко и дождик».

3-я неделя	<p>Ходьба с переходом на бег и обратно;  Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15 см выше поднятой руки;  Ловля мяча, брошенного воспитателем(расстояние 50-100 см);  П/и«Поезд».</p>
4-я неделя	<p>Ходьба с переходом на бег и обратно;  Ходьба по кругу, взявшись за руки;  Кружение в медленном темпе(с предметом в руках);  П/и«Воробушки и автомобиль».</p>

### Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» младшая группа (от 3 до 4 лет) СЕНТЯБРЬ

Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я, 5-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-9	
Задачи	Ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении; развивать умение сохранять равновесие; ознакомить с прыжками на двух ногах на месте; закрепить ходьбу и бег в колонне по одному, прокатывание мяча друг другу, ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени				<p><b><u>Социально - коммуникативное:</u></b> способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им. Помогать детям доброжелательно обращаться друг с другом.</p> <p><b><u>Познавательное развитие:</u></b> формировать навык ориентировки в пространстве</p>
1-я часть Вводная	Ходьба: в одном направлении, всей группой, в колонне по одному. Бег за воспитателем: «Бегите ко мне», «Догони мяч»				
ОРУ	<b>Без предметов</b>	<b>С флажками</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С кубиками</b>	
2-я часть Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина - 2,5 м, ширина - 25 см). 2. Ходьба по мостику (длина - 3м)	1. Прыжки на двух ногах на месте. 2. Прыжки на двух ногах во круг предмета	1. Прокатывание мячей друг другу из исходного положения стоя на коленях. 2. Прыжки на двух ногах во круг предмета. 3. Прокатывание мяча друг другу, сидя ноги врозь	. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. 2. Ходьба змейкой между предметами	
3-я часть Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«По ровненькой дорожке»	«Наседка и цыплята»	«Догони мяч»	
Малоподвижные игры	Ходьба и бег за воспитателем «стайкой», в руках игрушка	Ходьба за одним ребенком, в руках у которого игрушка	«Найди мяч»		
Нетрадиционные формы				Ходьба по массажным коврикам	

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1-3	Занятия 4-5	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
Задачи	Учить ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; развивать навык энергичного отталкивания мячей при прокатывании друг другу				<p><b>Физическое:</b> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей</p> <p><b>Социально - коммуникативное:</b> развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика.</p> <p>безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила.</p>
1-я часть Вводная	Ходьба и бег по сигналу, с остановкой и выполнением заданий («Лягушки», «Цапля», «Заяц»). Ходьба и бег по кругам, по ориентирам. Ходьба по одному. Ходьба на носочках				
ОРУ	<b>Без предметов</b>	<b>С флажками</b>	<b>С мячом</b>	<b>Без предметов</b>	
2-я часть Основные виды движений	1. Перепрыгивание через шнур, положенный на пол, с приземлением на согнутые ноги. 2. Прокатывание мяча в прямом направлении: - двумя руками, энергично отталкивая; - до ориентира	1. Прокатывание мячей друг другу. 2. Ползание на четвереньках:	1. Ползание на четвереньках под шнур (высота 50 см). 2. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина 15 см). 2. Прыжки на двух ногах с расстоянием 1,5 м	
3-я часть Подвижные игры	«Птички и птенчики»	«Поймай комара»	«Попади в круг»	«Беги ко мне»	
Малоподвижные игры	«Угадай, кто кричит?»		«Найди мяч»		
Нетрадиционные формы	Дыхательная гимнастика «Часики»	Ходьба по массирующим коврикам	Дыхательная гимнастика «Дудочка»	«Тропа здоровья»	



**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» младшая группа (от 3 до 4 лет) НОЯБРЬ**

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
Задачи	Закрепить навыки ходьбы и бега в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу, в чередовании бега и ходьбы; упражнять: в прыжках из обруча в обруч, прокатывании, бросании и ловле мяча, в равновесии на уменьшенной площади опоры				<p><b>Физическое:</b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><b>Социально - коммуникативное:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты</p>
1-я часть Вводная	Ходьба в колонне по одному, по сигналу выполнить задание («Бабочки», «Лягушки», «Зайчики»). В чередовании бег и ходьба. Ходьба на пятках				
ОРУ	<b>С погремушкой</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С мячом</b>	<b>С кубиком</b>	
2-я часть Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол. 2. Прыжки на 2 ногах с продвижением вперед (расстояние 1,5-2 м)	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (3 обруча). 2. Прокатывание мячей в прямом направлении	1. Ловить и бросать мяч друг другу (расстояние 0,5 м). 2. Ползание на четвереньках в прямом направлении. Игровое задание «Кто быстрее?»	1. Ползание под дугой высотой 50 см на четвереньках. 2. Ходьба между двумя линиями (ширина - 20 см), руки на поясе	
3-я часть Подвижные игры	«Мыши и кот»	«Воробушки и кот»	«Мыши в кладовой»	«Бегите ко мне»	
Малоподвижные игры	«Где спрятался мышонок?»		«Тишина»		
Нетрадиционные формы	Дыхательная гимнастика «Петушок»	Пальчиковая гимнастика «Ладушки»	Дыхательная гимнастика «Каша кипит»	Искусственная «Тропа здоровья» (без воды)	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» младшая группа (от 3 до 4 лет) ДЕКАБРЬ**

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я, 4-я неделя	4-я, 5-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-7	Занятия 8-10	
Задачи	Учить ходить и бегать враспынную с использованием всей площади; по кругу; между предметами, не задевая их; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча; подлезании под дугу и шнур, не задевая их				<p><b>Физическое:</b> дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физ упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p><b>Социально - коммуникативное:</b> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p>Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p>
1-я часть <b>Вводная</b>	Ходьба и бег враспынную, по кругу, между предметами. Построение в шеренгу Ходьба и бег с чередованием. Ходьба и бег в противоположные стороны. Ходьба на внешней стороне стопы				
ОРУ	<b>Без предметов</b>	<b>С флажком</b>	<b>С мячом</b>	<b>С султанчиком</b>	
2-я часть <b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамье. 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Прыжки на 2 ногах через гимнастические палки (4 шт.)	1. Прыжки со скамьи (мягко приземляться). 2. Катание мячей в прямом направлении. 3. Прокатывание мячей друг другу из положения сидя, ноги врозь	1. Подлезание под дугу (высота 50 см). 2. Ходьба по ограниченной площади: по скамейке, руки на поясе, по мостику, руки свободно балансируют	1. Ходьба по скамейке со спрыгиванием в конце. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Прыжки на двух ногах между кубиками	
3-я часть <b>Подвижные игры</b>	«Бегите к флажку»	«Кролики»	«Кто бросит дальше мешочек»	«Кто бросит быстрее мешочек»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Лошадки»		«Каравай»		
<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «Оладушки»	Дыхательная гимнастика «Бабочки»	Релаксация	Искусственная «Тропа здоровья»	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» младшая группа (от 3 до 4 лет) ЯНВАРЬ**

Задачи, этапы занятия	2-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1	Занятия 2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	
Задачи	Ознакомить детей с построением и ходьбой парами; упражнять в ходьбе и беге врассыпную, учить мягко приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча вокруг предмета; в подлезании под дугу; развивать глазомер и ловкость; учить сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры, выполнять правила в подвижных играх				<p><b>Физическое:</b> дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p><b>Социально - коммуникативное:</b> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p>Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p>
1-я часть Вводная	Построение в колонну. Построение в круг. Перестроение в 2 колонны с помощью ходьбы парами. Ходьба и бег в чередовании по команде «стоп»				
ОРУ	<b>С малым мячом</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С кубиком</b>	<b>Без предметов</b>	
2-я часть Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги на мат. 2. Ходьба по скамейке (ширина - 20 см), приставляя пятку к носку. 3. Прыжки на 2 ногах с продвижением вперед. 4. Прыжки на 2 ногах из обруча в обруч	1. Прокатывание мяча вокруг предмета. 2. Прыжки со скамейки, движение рук свободное. 3. Прокатывание мяча вокруг предмета в одну и другую сторону, подталкивая его рукой. 4. Подлезание под шнур (высота - 40 см)	1. Прокатывание мячей друг другу (расстояние - 3 м). 2. Подлезание под дуги (высота 40-50 см). 3. Ходьба по ребристой доске. 4. Ходьба с перешагиванием через кубики	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по ребристой доске. 3. Игровое упражнение «Добеги до кегли»	
3-я часть Подвижные игры	«Найди свой цвет»	«Мыши в кладовой»	«Найди свое место»	«Попади в круг»	
Малоподвижные игры	«Угадай, кто кричит?»		Ходьба парами		
Нетрадиционные формы	Дыхательная гимнастика «Гуси»	Ходьба с разным положением рук и ног (профилактика плоскостопия)	Пальчиковая гимнастика «Пальчики»	Искусственная «Тропа здоровья»	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» младшая группа (от 3 до 4 лет) ФЕВРАЛЬ**

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7	
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; учить приземляться мягко после прыжков; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении; упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; учить перебрасывать мячи через шнур; закреплять навыки ходьбы через рейки лестницы				<p><b>Физическое:</b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><b>Социально - коммуникативное:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p> <p>Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p>
1-я часть <b>Вводная</b>	Ходьба в колонне по одному. С выполнением заданий. С перешагиванием через кубики. Бег враспынную. Ходьба и бег по кругу на носках				
ОРУ	Без предметов	С флажками	С кубиком	Без предметов	
2-я часть <b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба между кубиками (4-5 шт.). 2. Прыжки на 2 ногах с продвижением вперед. 3. Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 4. Прокатывание мяча в прямом направлении двумя руками	1. Прыжки со скамейки. 2. Прокатывание мячей друг другу в положении сидя. 3. Перебрасывание мяча друг другу через шнур двумя руками. 4. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола	1. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками. 2. Подлезание под шнур, держа мяч двумя руками. 3. Подлезание на четвереньках, «как жучки» (3-4 м). 4. Ходьба по доске, положенной на пол, руки на поясе	1. Ходьба между кубиками, руки на поясе. 2. Ползание на четвереньках под дугой (4 м). 3. Ходьба с перешагиванием через предметы. 4. Прыжки на 2 ногах через шнуры с продвижением вперед	
3-я часть <b>Подвижные игры</b>	«Трамвай»	«С кочки на кочку»	«Сбей свою кеглю»	«Мыши в кладовой»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Ходьба в колонне по одному		«Угадай, кто кричит?»		
<b>Нетрадиционные формы</b>	Дыхательная гимнастика «Паровозик»	Растирание спины массажной рукавичкой	Дыхательная гимнастика «Веселый мячик»	Искусственная «Тропа здоровья»	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» младшая группа (от 3 до 4 лет) МАРТ**

Задачи, этапы занятия	1-я 2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	5-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1-3	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
Задачи	Учить прыжкам в длину с места, правильному хвату за рейки при лазании; упражнять в ходьбе парами, беге враспынную; развивать ловкость при прокатывании мяча, в ходьбе и беге по кругу; разучить бросание мяча о землю и ловлю его двумя руками; упражнять в ползании по доске, в ходьбе через препятствия, в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамье				<p><b>Физическое:</b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><b>Социально - коммуникативное:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p> <p><b>Речевое:</b> Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
1-я часть <b>Вводная</b>	Построение в шеренгу, колонну по одному. Перестроение в пары (с помощью воспитателя). Ходьба парами, бег враспынную. Ходьба и бег по кругу (вправо и влево). Ходьба и бег в чередовании				
ОРУ	<b>Без предметов</b>	<b>С малым мячом</b>	<b>С флажками</b>	<b>Без предметов</b>	
2-я часть <b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол. 2. Прыжки на двух ногах через палки с продвижением вперед. 3. Прыжки в длину	1. Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке до игрушки. 3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ноги и ладони	1. Лазание по наклонной лестнице (со страховкой). 2. Ходьба с перешагиванием через шнуры. 3. Лазание по наклонной лестнице (с минимальной страховкой). 4. Прокатывание мячей в прямом направлении	1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе (2-3 раза). 2. Прыжки в длину с места. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за спиной (следить за осанкой). 4. Прыжки через ручеек» (с места) 30 см	
3-я часть <b>Подвижные игры</b>	«Поезд»	«Береги предмет»	«Кто где кричит»	«Кто дальше бросит мешочек»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Найди куклу»		«Возьми флажок»		
<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «Оладушки»	Растирание спины массажной рукавичкой	Дыхательная гимнастика «Часики»	Искусственная «Тропа здоровья»	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» младшая группа (от 3 до 4 лет) АПРЕЛЬ**

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
Задачи	учить приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; влезать на наклоненную лестницу; упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прыжках в длину с места; бросании мяча о пол; ходьбе и беге в рассыпную; в колонне по одному; ходьбе и ползании по доске; формировать правильную осанку; закреплять умение перепрыгивать через шнур; ползание по скамейке; учить ходить приставными шагами вперед				<p><b>Физическое:</b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><b>Социально - коммуникативное:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
1-я часть Вводная	Ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя; в шеренге; проверка осанки, равновесия Ходьба с высоким подниманием коленей; бег в рассыпную. Ходьба и бег по кругу. Ходьба с перешагиванием через шнуры. Ходьба приставным шагом вперед				
ОРУ	<b>Без предметов</b>	<b>С мячом</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С султанчиком</b>	
2-я часть Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке (25 см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками	1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени. 2. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Влезание на наклоненную лестницу. 4. Ходьба по доске, руки на поясе (следить за осанкой)	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Перепрыгивание через шнуры (расстояние 30-40 см). 3. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками. 4. Влезание на наклоненную лесенку	1. Влезание на наклоненную лесенку. 2. Ходьба по доске, руки на поясе. 3. Ходьба по доске, на середине перешагнуть набивной мяч. 4. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени	
3-я часть Подвижные игры	«Лохматый пес»	«С кочки на кочку»	«Найди, что спрятано»	«Найди свой цвет»	
Малоподвижные игры	«Где цыпленок?»		«Пройди тихо»		
Нетрадиционные формы	Самомассаж ладоней (растирание рук друг о друга)	Пальчиковая гимнастика «Семья»	Корректирующая ходьба для профилактики плоскостопия	Искусственная «Тропа здоровья»	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие» младшая группа (от 3 до 4 лет) МАЙ**

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1	Занятия 2-3	Занятия 4-5	Занятия 6-8	
Задачи	Учить мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места, подбрасывать мяч вверх и ловить его; упражнять в ходьбе и беге по кругу, в перепрыгивании через шнур, в ходьбе и беге врассыпную и нахождении своего места в колонне, в ползании по скамейке с опорой на ладони и колени; закреплять умение влезать на наклоненную лестницу				<p><b>Физическое:</b> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p><b>Социально - коммуникативное:</b> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика. Не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека.</p>
1-я часть <b>Вводная</b>	Ходьба и бег по кругу, врассыпную. Проверка осанки. Ходьба и бег по сигналу бубна, с выполнением заданий «Лошадки», «Лягушки», «Зайцы». Ходьба с перешагиванием через гимнастические палки				
ОРУ	<b>С кубиками</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С малым мячом</b>	<b>Без предметов</b>	
2-я часть <b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по скамейке. 2. Перепрыгивание через гимнастические палки. 3. Игровые задания «вверх-вниз» - ходьба на горку - с горки. 4. Прыжки между кеглями	1. Прыжки в длину с места. 2. Перепрыгивание через гимнастические палки (расстояние 40-50 см). 3. Игровое задание «Найди свой домик». 4. Бросание мяча в корзину	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Перепрыгивание через шнуры. 3. Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками. 4. Влезание на наклонную лесенку	1. Влезание на наклонную лесенку. 2. Ходьба по доске, руки на поясе. 3. Игровое задание: подлезание под дугу, не касаясь руками пола	
3-я часть <b>Подвижные игры</b>	«Птички в гнездышках»	«Трамвай»	«Кто где кричит»	«Птички в гнездышках»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Найди цыпленка»		«Каравай»		
<b>Нетрадиционные формы</b>	Растирание спины массажной рукавичкой	Релаксация	Корректирующая ходьба для профилактики плоскостопия	Искусственная «Тропа здоровья»	

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД по физической культуре на воздухе** Младшая группа

месяц	дата	задачи
сентябрь	1-я неделя	Повторить игровые упражнения с мячом -прокати мяч, броски вперед. <i>Подвижная игра</i> «Бегите ко мне»
	2-я неделя	Повторить игровые упражнения на равновесие «Пойдем по мостику» (по дорожке) <i>Подвижная игра</i> «По ровненькой дорожке»
	3-я неделя	Повторить игровые упражнения с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Мой веселый звонкий мяч»
	4-я неделя.	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал
октябрь	1-я неделя	Повторить игровые упражнения «Мышки», «Цыплята», с мячом – докати мяч до кубика. <i>Подвижная игра</i> «Мой веселый звонкий мяч».
	2-я неделя	Повторить игровые упражнения «Пойдем по мостику», «Побежим по дорожке», «Попрыгаем, как зайки». <i>Подвижная игра</i> «Поезд».
	3-я неделя	Повторить игровые упражнения: прыжки – «перепрыгнем канавку»; с мячом – «Докати до кегли», «Чей мяч дальше!» <i>Подвижная игра</i> «Поезд».
	4-я неделя.	Повторить игровые упражнения с мячом – «Прокати мяч по дорожке». Прыжки с продвижением вперед. <i>Подвижная игра</i> «Наседка и цыплята»
ноябрь	1-я неделя	Повторить игровые упражнения: лазание под шнур; с мячом - «Прокати и догони мяч»; равновесие – «Пробеги по мостику (по дорожке)». <i>Подвижная игра</i> «По ровненькой дорожке».
	2-я неделя	Повторить игровые упражнения: равновесие – ходьба из обруча в обруч; прыжки – «Перепрыгни из ямки в ямку» <i>Подвижная игра</i> «Наседка и цыплята».
	3-я неделя	Повторить игровые упражнения: прыжки до постройки (снеговика). <i>Подвижная игра</i> «Найди свой домик».
	4-я неделя.	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал
декабрь	1-я неделя	Повторить игровые упражнения: подлезание - «Пролезть в норку» (мышки, котята, лисята); равновесие – «пройти по дорожке». <i>Подвижная игра</i> «Бегите ко мне».
	2-я неделя	Повторить игровые упражнения на равновесие «Пройди по мостику (снежному валу)»; метание «попади снежком в корзину». <i>Подвижная игра</i> «Пузырь».
	3-я неделя	Повторить игровые упражнения: прыжки – спрыгивание снежного вала (высота 20 см.) <i>Подвижные игры</i> с прыжками и бегом.
	4-я неделя.	Повторить игровые упражнения с мячом. <i>Подвижная игра</i> «По ровненькой дорожке».
р ва	1-я неделя	Повторить игровые упражнения: ходьба по снежному валу. <i>Подвижная игра</i> с бегом и прыжками.



	2-я неделя	Повторить игровые упражнения: прыжки – спрыгивание снежного вала (высота 20 см.); ходьбе по дорожке. <i>Подвижная игра</i> «Лохматый пес».
	3-я неделя	Повторить игровые упражнения: прыжки продвигаясь вперед (до снеговика). <i>Подвижная игра</i> «Пузырь».
	4-я неделя.	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
февраль	1-я неделя	Повторить игровые упражнения: подлезание, не касаясь руками земли (высота 40-50 см) –« мышки», «кролики»; ходьба по снежному валу. <i>Подвижная игра</i> «Поезд».
	2-я неделя	Повторить игровые упражнения: Равновесие, ходьба по снежному валу, прыжки с высоты (снежного вала, высота 15-20см). <i>Подвижная игра</i> «Найди свой цвет»
	3-я неделя	Повторить игровые упражнения: прыжки - из ямки в ямку, бросание снежков вдаль правой и левой рукой. <i>Подвижная игра</i> «Поймай снежинку».
	4-я неделя.	Повторить игровые упражнения: с мячом – бросание снежков правой и левой рукой. <i>Подвижная игра</i> «Лягушки».
март	1-я неделя	Повторить игровые упражнения: метание-бросание шишек вдаль. <i>Подвижная игра</i> «Кролики».
	2-я неделя	Повторить игровые упражнения: равновесие - ходьба по шнуру, лежащему прямо, ходьба по скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Зайка серый умывается».
	3-я неделя	Повторить игровые упражнения: прыжки с высоты, через шнуры. <i>Подвижная игра</i> «Лохматый пес».
	4-я неделя.	Повторить игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.
апрель	1-я неделя	Повторить игровые упражнения: прыжки – перепрыгивание через шнур – «ручеек», «канавку», прыжки до кегли (кубика); метание – бросание шишек вдаль. <i>Подвижная игра</i> «Кролики».
	2-я неделя	Повторить игровые упражнения: равновесие – ходьба по скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Лягушки».
	3-я неделя	Повторить игровые упражнения: равновесие – ходьба по скамейке с различными положениями рук. <i>Подвижная игра</i> «Мы топаем ногами».
	4-я неделя.	Повторить игровые упражнения: прыжки с продвижением вперед на двух ногах, прыжки через шнуры. <i>Подвижная игра</i> «Воробышки и кот».
май	1-я неделя	Повторить игровые упражнения: освоенные ими на физкультурных занятиях в течении года. Внимание уделяем игровым упражнениям с мячом. <i>Подвижные игры</i> по выбору педагога.
	2-я неделя	Повторить игровые упражнения: освоенные ими на физкультурных занятиях в течении года. Внимание уделяем игровым упражнениям с мячом. <i>Подвижные игры</i> по выбору педагога
	3-я неделя	Повторить игровые упражнения: освоенные ими на физкультурных занятиях в течении года. Внимание уделяем игровым упражнениям с мячом. <i>Подвижные игры</i> по выбору педагога.

	4-я неделя. занятия в течении года. Внимание уделяем игровым упражнениям с мячом. <i>Подвижные игры</i> по выбору педагога.
--	---

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», средняя группа (от 4 до 5 лет) СЕНТЯБРЬ**

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я,5-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Диагностика	Диагностика	Занятия 1-2	Занятия 3-5	
Задачи	Учить: - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; - подпрыгивать вверх энергично; - подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками. Упражнять в ходьбе и беге колонной, в энергичном отталкивании от пола двумя ногами. Закрепить прокатывание мяча в прямом направлении, подлезание под шнур в группировке				<p><b>Физическое:</b> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.</p> <p>Учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду.</p> <p><b>Познавательное:</b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p>
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, в рассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена				
ОРУ	Без предметов		С мячом	С обручем	
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина-3 м, ширина- 15 см). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина - 10 см). 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка		1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение - стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке высота -15см, перешагивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах.	
3-я часть: Подвижные игры	«Найди себе пару»		«Огуречик, огуречик»	«Подарки»	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Карлики и великаны»	Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны, за головой	«Пойдем в гости»	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», средняя группа (от 4 до 5 лет)ОКТЯБРЬ**

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1-3	Занятия 4-5	Занятия 6-7	Занятия 8-9	
Задачи	Учить: - сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре; - находить свое место при ходьбе и беге. Развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски. Упражнять в энергичном отталкивании от пола, в прокатывании мячей друг другу, развивать точность направления: в подлезании под дугу, не касаясь руками пола, в ходьбе с изменением направления, в прыжках на двух ногах				<b>Физическое:</b> рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  <b>Социально-коммуникативное:</b>  Обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей. Учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр <b>Познавательное:</b> развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.  <b>Художественно-эстетическое:</b> разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры.
1 -я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал - построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках				
ОРУ	Без предметов	Без предметов	С мячом	С кубиками	
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине - присесть. 2. Прыжки на двух ногах до предмета. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение стоя на коленях. 3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой	1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2. Подлезание под дуги. 3. Ходьба по доске (ширина -15 см) с перешагиванием через кубики. 4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии	1. Подлезание под шнур (40 см) с мячом в руках, не касаясь руками пола. 2. Прокатывание мяча по дорожке. 3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. 4. Игровое задание «Кто быстрее» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед, фронтально)	
3-я часть: Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Совушка», «Огуречик»	«Мы веселые ребята», «Карусель»	
Мало подвижные игры	Ходьба в колонне за «котом», как «мыши», чередование с обычной ходьбой	Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», средняя группа (от 4 до 5 лет) НОЯБРЬ**

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
Задачи	Упражнять: - в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; - в бросании мяча о землю и ловле его двумя руками; - в ходьбе и беге с изменением направления; - в прыжках на двух ногах; - в перебрасывании мяча и др.; - в ползании на животе по скамейке. Закреплять умения удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, ползание - на четвереньках; соблюдать правильную осанку; ходьба и бег между предметами, не задевая их				<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p>Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p><b>Познавательное:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз</p>
1 -я часть: Вводная	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал				
ОРУ	Без предметов	Без предметов	С мячом	С флажками	
2-я часть: Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5 м). 3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры. 4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2 м)	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3 м)	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски. 5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю»	
3-я часть: Подвижные игры	«Самолеты», «Быстрой к своему флажку»	«Цветные автомобили»	«Лиса в курятнике»	«У ребят порядок...»	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с выполнением дыхательных упражнений	Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в руках	«Найдем цыпленка»	«Вверх и вниз» (ходим в гору и с горы)	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», средняя группа (от 4 до 5 лет) ДЕКАБРЬ**

<b>Задачи, этапы занятия</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>3-я неделя</b>	<b>4-я, 5-я неделя</b>	<b>Интеграция образовательных областей</b>
<b>№ занятия (дата)</b>	<b>Занятия 1-2</b>	<b>Занятия 3-4</b>	<b>Занятия 5-6</b>	<b>Занятия 7-9</b>	
<b>Задачи</b>	Учить перестраиваться в пары на месте; ловить мяч; правильному хвату при ползании; соблюдать дистанцию при передвижении. Упражнять в мягком приземлении при прыгивании; в ползании на четвереньках на повышенной опоре. Закреплять умение прокатывать мяч; навык нахождения своего места в колонне; прыжки на двух ногах Развивать глазомер				<p><b>Физическое:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. Учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками</p>
<b>1 -я часть: Вводная</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами, по гимнастической скамейке, ходьба со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места.				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С кубиками	Без предметов	
<b>2-я часть: Основные виды движений</b>	1.Прыжки со скамейки 20см 2. Прокатывание мяча между набивными мячами. 3. Прыжка со скамейки 25см 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры(20 см)	1.Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5-6 набивных мячей.	1.Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков. 2.Ходьба по скамейке, руки на поясе. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	1. Ходьба по гимнастической скамейке(на середине сделать поворот кругом) 2. Перепрыгивание через кубики на двух ногах 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы высотой 25см 4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах 5. Спрыгивание с гимнастической скамейки.	
<b>3-я часть: Подвижные игры</b>	«Трамвай », «Карусели»	«Поезд»	«Птичка и птенчики»	«Котята и щенята»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Где спрятано?»	Ходьба обычным шагом и на носочках в чередовании	Ходьба в колонне по одному	«Не бойся»	

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», средняя группа (от 4 до 5 лет) ЯНВАРЬ

Задачи этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1	Занятия 2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в ползании по скамейке на четвереньках; в перешагивании через препятствие; в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен. Закреплять умение подлезать под шнур; отбивать мяч о пол; действовать по сигналу. Учить соблюдать дистанцию во время передвижений; ходьбе по гимнастической скамейке с поворотом на середине.				<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. Формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> <p><b>Познавательное:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.</p>
1 -я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий				
ОРУ	С мячом	С косичкой	С обручем	Без предметов	
2-я часть: Основные виды движений	1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4-5 раз), ловля двумя руками. 2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната - поточно. 3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд. 4. Перебрасывание мячей друг другу (руки внизу)	1. Отбивание мяча о пол (10- 12 раз) фронтально по подгруппам. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2-3 раза). 3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2- 3 раза)	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине - приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть. 2. Перешагивание через кубики. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25 см от пола). 4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу)	
3-я часть: Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолеты»	«Цветные автомобили»	«Котята и щенята»	
Малоподвижные игры	Ходьба по ребристой доске	Танцевальные движения	«Где спрятано?»	«Кто нашли?»	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», средняя группа (от 4 до 5 лет) ФЕВРАЛЬ**

Задачи этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7	
Задачи	Развивать умение быть инициативным в подготовке и уборке мест занятий. Учить ловить мяч двумя руками; ходьбе и бегу по кругу с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры. Закреплять: упражнения в равновесии, навык подлезания на четвереньках. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч. Воспитывать и поддерживать дружеские отношения				<p><b>Физическое:</b> учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> Учить самостоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр. Формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр.</p> <p><b>Познавательное:</b> учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, сверху-внизу</p>
1 -я часть: <b>Вводная</b>	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег в рассыпную с остановкой, перестроение в звеня				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	Без предметов	Без предметов	
2-я часть: <b>Основные виды движений:</b>	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча между предметами. 3. Прыжки через короткие шнуры (6-8 шт.). 4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)	1. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5-6 раз). 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях. 4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25 см). 4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2 м)	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек». 3. Игровое задание «Пробеги по мостику». 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	
3-я часть <b>Подвижные игры</b>	«У медведя во бору»	«Воробышки и автомобиль»	«Перелет птиц»	«Кролики в огороде»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Ходьба с хлопком на счет «три»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба на месте, с передвижением вправо, влево, вперед, назад	«Найди и промолчи»	



**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», средняя группа (от 4 до 5 лет) МАРТ**

Задачи, этапы занятия	1-я ,2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	5-я неделя	Интеграци я образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1-3	Занятия 4-5	Занятия 6- 7	Занятия 8-9	
Задачи	Учить правильно занимать исходное положение при прыжках в длину с места, лазать по наклонной лестнице; сознательно относиться к правилам игры. Упражнять в бросании мяча через сетку, в ходьбе и беге по кругу с выполнением задании, в прокатывании мяча вокруг предметов, в ползании на животе по скамейке, ходьбе и беге по наклонной доске, в перешагивании через предметы.				<p><b>Физическое:</b> формировать навык оказания первой помощи при травме.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> Учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске.</p> <p><b>Речевое:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.</p> <p><b>Познавательное:</b> рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор</p>
1 -я часть: <b>Вводная</b>	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, враспынную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три.				
<b>ОРУ</b>	С обручем	С малым мячом	С флажками	Без предметов	
2-я часть: <b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Перебрасывание мешочков через шнур. 3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2 м) и ловля после отскока (парами). 4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь)	1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1 м). 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Прокатывание мячей между предметами. 4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине	1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку. 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны. 3. Перешагивание через шнуры (6-8), положенные в одну линию. 4. Лазание по гимнастической стенке с продвижением вправо, спуск вниз. 5. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе. 6. Прыжки на двух ногах через шнуры	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Перешагивание через набивные мячи. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч. 4. Прыжки на двух ногах че-рез кубики	
3-я часть <b>Подвижные игры</b>	«Бездомный заяц»	«Подарки»	«Охотники и зайцы»	«Наседки и цыплята»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Ходьба в колонне по одному	«Эхо»	«Найди зайца»	«Возьми флажок»	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», средняя группа (от 4 до 5 лет) АПРЕЛЬ**

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
Задачи	Учить энергичному отталкиванию в прыжках в длину с места, замаху при метании мешочков на дальность, соблюдении дистанции во время передвижения и построения. Закреплять умения принимать правильное положение при прыжках в длину с места, в метании в горизонтальную цель, ползания на четвереньках, в ходьбе по ограниченной площади опоры, на повышенной опоре. Развивать умение в ходьбе и беге со сменой ведущего. Повторить упражнение в перебрасывании мяча друг другу				<p><b>Физическое:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений <b>Социально-коммуникативное:</b> учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b></p>
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; в рассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; в рассыпную между предметами, не задевая их				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов	<p>вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики. Учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение</p>
2-я часть: Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3-4 раза) поточно. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине - присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15 см, высота 35 см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками	
3-я часть: Подвижные игры	«Совушка»	«Воробышки и автомобиль»	«Птички и кошки»	«Котята и щенята»	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений	«Стоп»	«Угадай по голосу»	Ходьба и танцевальные упражнения	

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», средняя группа (от 4 до 5 лет) МАЙ**

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
№ занятия (дата)	Занятия 1	Занятия 2-3	Диагностика	Диагностика	
Задачи	Учить бегать и ходить с изменением направления, лазать по гимнастической стенке, спускаться по канату. Упражнять в прыжках в длину с места, перебрасывании мяча друг другу, упражнять в метании на дальность правой и левой рукой, в цель, упражнять в ползании по скамейке на животе, в прыжках через шнур				<b>Физическое:</b> учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы.
1 -я часть: Вводная	Ходьба и бег по сигналу, между предметами, высоко поднимая колени, в полуприседе, с разным положением рук и ног. Бег парами «Лошадки»				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С кубиками	С обручем	
<b>2-я часть: Основные виды движений</b>	1. Прыжки в длину. 2. Перебрасывание мяча друг другу снизу, в шеренгах по сигналу. 3. Лазание по шведской стенке вверх-вниз	1. Метание в цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков. 3. Прыжки через шнур (высота - 20 см) на 2 ногах	1. Метание мешочка на дальность правой и левой рукой. 2. Лазание по шведской стенке, вниз по канату. 3. Ходьба по гимнастической скамейке на носочках, руки в стороны, на середине присесть и пойти дальше. 4. Прыжки на 2 ногах из обруча в обруч	1. Прыжки через шнур (высота - 25 см) на 2 ногах. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом. 3. Перебрасывание мячей друг другу снизу, ловля его после отскока	
<b>3-я часть: Подвижные игры</b>	«Прятки»	«Позвони в погремушку»	«Самолеты»	«Зайка серый умывается»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Узнай по голосу»				

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД  
по физической культуре на воздухе  
Средняя группа**

Месяц	Дата	Задачи
сентябрь	1-я неделя	Упражнять в энергичном отталкивании 2-мя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании. <i>Подвижная игра</i> «Найди себе пару».
	2-я неделя	Упражнять в прокатывании мяча <i>Подвижная игра</i> «Самолеты», «Найди себе пару».
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе в обход предметов; повторить подбрасывание и ловлю мяча 2-мя руками; упражнять в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Огуречик»
	4-я неделя.	Разучить перебрасывание мячей друг другу; Упражнять в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Перебрось-поймай», «Успей поймать», «Вдоль дорожки» <i>Подвижная игра</i> «Огуречик».
октябрь	1-я неделя	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч через шнур», «Кто быстрее доберется до кегли» <i>Подвижная игра</i> «Найди свой цвет».
	2-я неделя	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».
	3-я неделя	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».
	4-я неделя.	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».
ноябрь	1-я неделя	Упражнять - в ходьбе и беге с изменением направления движения; - ходьбе и беге «змейкой» между предметами, - в сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. <i>Игровые упражнения:</i> «Не попадись», «Поймай мяч», <i>Подвижная игра</i> «Кролики».
	2-я неделя	Повторить ходьбу с выполнением заданий, бег с перешагиванием. <i>Игровые упражнения:</i> «Не попадись», «Догони мяч», <i>Подвижная игра</i> «Найди себе пару
	3-я неделя	Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; - в прыжках и беге с ускорением. <i>Игровые упражнения:</i> «Не задень», «Передай мяч», «Догони пару»
	4-я неделя.	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, - в прыжках.

		<i>Игровые упражнения:</i> «Пингвины», «Кто дальше бросит», <i>Подвижная игра</i> «Самолеты».
декабрь	1-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге между предметами. <i>Игровые упражнения:</i> «Веселые снежинки», «Кто быстрее к пирамиде», «Кто дальше бросит?»
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге, высоко поднимая колени, в прыжках с повышенной поверхности. <i>Игровые упражнения:</i> «Лошадки», «Цыплята прыгают с заборчика», <i>Подвижная игра</i> «Найди пару»
	3-я неделя	Повторить ходьбу и бег между предметами, прыжки через бруски на 2 ногах (выс. 6 см), броски мяча вверх одной рукой и ловля его 2-мя руками. <i>Игровые упражнения:</i> «Через кочки», «Подбрось-поймай», <i>Подвижная игра</i> «Птички и кошка»
	4-я неделя.	Упражнять в прокатывании мяча по дорожке между предметами, в равновесии; - ходьба боком приставным шагом по повышенной поверхности. <i>Подвижная игра</i> «Автомобили», <i>Игра малой подвижности</i> «Найди и промолчи»
январь	1-я неделя	Упражнять в лазание в обруч, не касаясь руками, в равновесии – ходьба по повышенной поверхности парами навстречу друг другу по середине разойтись, помогая друг другу, в прыжках из кружка в кружок. <i>Подвижная игра</i> «Лошадки»
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, прыжках с повышенной поверхности на полусогнутые ноги, прокатывании мячей друг другу клюшкой. <i>Подвижная игра</i> «Зайцы и волк»
	3-я неделя	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»
	4-я неделя.	Упражнять в ползании по повышенной площади с опорой на ладони и ступни «медвежата», в ведении мяча клюшкой. <i>Подвижная игра</i> «Кот и мыши»
февраль	1-я неделя	Упражнять в лазании под веревку (выс 40 см от земли) прямо и боком, В прыжках на 2 ногах с продвижением вперед между предметами (3 м) <i>Подвижная игра</i> «Самолеты»
	2-я неделя	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Покружись» «Кто дальше бросит» <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору»
	3-я неделя	Упражнять в метании на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто дальше бросит», «Найдем снегурочку», <i>Подвижная игра</i> «Мороз Красный Нос»

	4-я неделя.	Развивать ловкость и глазомер при метании мешочков. <i>Игровые упражнения:</i> «Точно в цель», «Туннель», Подвижная игра «Мороз – Красный Нос» <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем зайку»
март	1-я неделя	Развивать ловкость и глазомер, Упражнять в 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»
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, -с выполнением задания. 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?»
	3-я неделя	Упражнять детей в беге на выносливость, - в ходьбе и беге между предметами, -в прыжках на одной ноге попеременно. <i>Игровые упражнения:</i> «На одной ножке вдоль дорожки», «Брось через веревочку» <i>Подвижная игра</i> «Самолеты»
	4-я неделя.	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»»
апрел ь	1-я неделя	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».
	2-я неделя	Повторить ходьбу и бег; Упражнения в прыжках и подлезание. <i>Игровые упражнения:</i> «По дорожке», «Не задень» <i>Подвижная игра</i> «Воробушки и автомобиль» <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем воробушка».
	3-я неделя	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»
	4-я неделя.	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».

ма й	1-я неделя	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».
	2-я неделя	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».
	3-я неделя	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 дорожке» <i>Подвижная игра</i> «Пробеги тихо» <i>Малоподвижная игра</i> «Кто ушел?».
	4-я неделя.	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> «Самолеты».

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», старшая группа (от 5 до 6 лет)

С Е Н Т Я Б Р Ь	Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я 4-я неделя	5-я неделя	Интеграция образовательных областей
	№ занятия (дата)	Диагностика	Диагностика	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
	Задачи	<p>У ч и т ь :</p> <p>- сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, ходьбе на носках энергичному отталкиванию двумя ногами от пола; - выполнять взмах рук в прыжке с доставанием предмета; - подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками; - ходьбе с изменением темпа, пролезанию в обруч, не задевая края. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в перебрасывании мяча, в подбрасывании мяча двумя руками вверх, в ходьбе с высоким подниманием коленей, в непрерывном беге. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру, в прыжках с продвижением вперед.</p>				<p><u>Социально-коммуникативное:</u> Побуждать детей к самооценке и оценке действий. Формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня Убирать инвентарь при проведении физических упражнений.</p> <p><u>Познавательное:</u> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p>
	1-я часть Вводная	Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, в рассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, бег до 1 минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпе				
	ОРУ	Без предметов		С палкой	Без предметов	
	2-я часть Основные виды движений	<p>1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами. 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди). 4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках</p>		<p>1. Пролезание в обруч в группировке, боком, прямо. 2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах с мешочками между коленями и ходьба «Пингвин»</p>	<p><i>Игровые задания</i> 1. Быстро в колонну. 2. «Пингвин». 3. «Не промахнись» (кегли, мешки). 4. По мостику (с мешочком на голове). 5. Мяч о стенку. 6. «Поймай мяч» («Собачка»). 7. «Достань до колокольчика».</p> <p><i>Подвижные игры</i> 3. «Проползи, не задень». 4. «Ловишки с ленточкой». «Найди свой цвет».</p>	
	3-я часть Подвижные игры	«Мышеловка»		«Мы веселые ребята»		
	Малоподвижные игры	«У кого мяч»	Ходьба в полуприсяде по одному	Ходьба по одному с выполнением руками заданий		



<b>О К Т Я Б Р Ь</b>	<b>Задачи, этапы занятия</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>3-я неделя</b>	<b>4-я неделя</b>	<b>Интеграция образовательных областей</b>
	<b>№ занятия (дата)</b>	<b>Занятия 1-2</b>	<b>Занятия 3-4</b>	<b>Занятия 5-6</b>	<b>Занятия 7-8</b>	
	<b>Задачи</b>	<p>У ч и т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перестроению в колонну по два;</li> <li>- ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке;</li> <li>- поворотам во время ходьбы по сигналу;</li> <li>- выполнять поворот во время ходьбы и бега в колонну по два (парами).</li> </ul> <p>Упражнять в беге до 1 минуты; в перешагивании через шнуры; метании мяча в цель; в равновесии в прыжках. Повторить пролезание в обруч боком; перебрасывание мяча друг другу; переползание через препятствие</p>				<p><b><u>Социально-коммуникативное:</u></b> создавать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). Обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания Учить следить за чистотой спортивного инвентаря <b><u>Познавательное:</u></b> развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи. <b><u>Музыка:</u></b> вводить элементы ритмической гимнастик; проводить игры и упражнения под музыку</p>
	<b>1-я часть Вводная</b>	Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег враспынную, бег до 1 минуты с перешагиванием через бруски; ходьба, по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы				
	<b>ОРУ</b>	<b>Без предметов</b>	<b>Без предметов</b>	<b>Без предметов</b>	<b>Без предметов</b>	
	<b>2-я часть Основные виды движений</b>	<p>4. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики.</p> <p>5. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком.</p> <p>6. Броски мяча двумя руками от груди, перебрасывание друг другу руками из-за головы.</p> <p>7. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше</p>	<p>1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги,</p> <p>3. Переползание через препятствие.</p> <p>4. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>5. Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь пола</p>	<p>3. Пролезание через три обруча (прямо, правым и левым боком).</p> <p>4. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), с третьего шага на препятствие.</p> <p>2. Перелезание с преодолением препятствия.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот, приседание, перешагивание через мяч</p>	<p><i>Игровые упражнения</i></p> <p>3. «Попади в корзину».</p> <p>4. «Проползи, не задень».</p> <p>5. «Не упади в ручей».</p> <p>6. «На одной ножке по дорожке».</p> <p>7. «Ловкие ребята» (с мячом).</p> <p>8. «Перешагни, не задень».</p> <p><i>Подвижные игры</i></p> <p>1. «Ловишки».</p> <p>2. «Мы веселые ребята».</p> <p>3. «Удочка».</p> <p>4. «Защити товарища».</p> <p>5. «Посади картофель».</p> <p>6. «Затейники»</p>	
	<b>3-я часть Подвижные игры</b>	«Перелет птиц»	«Удочка»	«Гуси, гуси...»		
	<b>Малоподвижные игры</b>	«Найди и промолчи»	«Эхо»	«Летает - не летает»		

	Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
	№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
НОЯБРЬ	Задачи	<p>У ч и т ь : - перекладывать малый мяч из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; - прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед.</p> <p>О т р а б а т ы в а т ь : - навыки ходьбы с высоким подниманием коленей; - бег врассыпную; - перебрасывание мяча в шеренге;</p> <p>- ползание по скамейке на животе; - ведение мяча между предметами; - пролезание через обручи с мячом в руках;</p> <p>- ходьбу с остановкой по сигналу.</p> <p>Закреплять умение подлезать под шнур боком и прямо; ходьбы «змейкой».</p> <p>Развивать ловкость и координацию движений, устойчивое равновесие</p>				<p><b>Социально-коммуникативное:</b></p> <p>побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр</p> <p>Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p>Формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега врассыпную. Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование.</p> <p><b>Познавательное:</b></p> <p>ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз)</p>
	1-я часть Вводная	Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с выполнением фигур				
	ОРУ	С малым мячом	С обручем	С большим мячом	На гимнастической скамейке	
	2-я часть Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием маленького мяча из правой руки в левую, перед собой и за спиной.</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями, по два прыжка на правой и левой ногах.</p> <p>3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу; из-за головы.</p> <p>4. Ходьба на носках, руки за голову, между набивными мячами</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками.</p> <p>2. Ведение мяча с продвижением вперед.</p> <p>3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечье и колени</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами.</p> <p>4. Игра «Волейбол» (двумя мячами)</p>	<p><i>Игровые упражнения</i></p> <p>1. «Брось и поймай».</p> <p>2. «Высоко и далеко».</p> <p>3. «Ловкие ребята» (прыжки через препятствие и на возвышение).</p> <p><i>Подвижные игры</i></p> <p>1. «Большая птица».</p> <p>2. «Мяч водящему».</p> <p>3. «Горелки».</p> <p>4. «Ловишки с ленточками».</p> <p>5. «Найди свою пару».</p> <p>6. «Кто скорей до флажка» (ползание по скамейке)</p>	
	3-я часть Подвижные игры	«Пожарные на учениях»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»		
	Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Угадай по голосу»	«Летает - не летает»		

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я 4-я неделя	4-я 5-я неделя	Интеграция образовательных областей
	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
№ занятия (дата)					
Задачи	<p>Уч и т ь : - ходьбе по наклонной доске; - прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед; - лазать по гимнастической стенке.</p> <p>С о в е р ш е н с т в о в а т ь : - бег в колонне по одному с сохранением дистанции;</p> <p>- прыжки на двух ногах с преодолением препятствий; - ползание на четвереньках между кеглями;</p> <p>- подбрасывание и ловлю мяча; - ползание по гимнастической скамейке.</p> <p>Развивать ловкость и глазомер.</p> <p>Закреплять равновесие в прыжках, бег врассыпную и по кругу с поворотом в другую сторону</p>				<p><b>Социально-коммуникативное:</b></p> <p>формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками</p> <p>Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.</p> <p>Учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.</p> <p>Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование</p>
1-я часть <b>Вводная</b>	Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом.				
ОРУ	С палкой	С палкой	С палкой	С палкой	
2-я часть <b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке, спуск по гимнастической стенке.</p> <p>2. Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом.</p> <p>3. Перешагивание через бруски, шнур, справа и слева от него.</p> <p>4. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, стоя на коленях</p>	<p>1. Перебрасывание мяча двумя руками вверх и ловля после хлопка.</p> <p>2. Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места.</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове</p>	<p>1. Лазание по гимнастической стенке до верха.</p> <p>2. Лазание разными способами, не пропуская реек.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</p> <p>5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу с хлопком перед ловлей</p>	<p><i>Игровые упражнения</i></p> <p>1. Перепрыгивания между препятствиями.</p> <p>2. Подбрасывание и прокатывание мяча в различных положениях.</p> <p>3. «Ловкие обезьянки» (лазание).</p> <p>4. «Акробаты в цирке».</p> <p>5. «Догони пару».</p> <p>6. Бросание мяча о стенку. <i>Подвижные игры</i></p> <p>1. «Пятнашки».</p> <p>2. «Удочка».</p> <p>3. «Хитрая лиса».</p> <p>4. «Пас друг другу» (шайба, клюшка).</p> <p>5. «Перебежки».</p> <p>6. «Пробеги, не задень»</p>	
3-я часть <b>Подвижные игры</b>	«Кто скорей до флажка»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»		
<b>Малоподвижные игры</b>	«Сделай фигуру»	«Летает - не летает»			

ДЕКАБРЬ

	Задачи, этапы занятия	2-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
	№ занятия (дата)	Занятия 1	Занятия 2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	
ЯНВАРЬ	Задачи	<p>У ч и т ь : - лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет.</p> <p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге между предметами; - прыжках с ноги на ногу; - забрасывании мяча в кольцо;</p> <p>- ползании на четвереньках, проталкивая мяч перед собой головой;</p> <p>- пролезании в обруч и в равновесии;</p> <p>- ведении мяча в прямом направлении.</p> <p>П о в т о р я т ь и з а к р е п л я т ь : - ходьбу по наклонной доске; - ходьбу с мешочком на голове;</p> <p>- следить за осанкой и устойчивым равновесием</p>				<p><b>Социально-коммуникативное:</b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. Формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. <b>Познавательное:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта. <b>Художественно-эстетическое:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки</p>
	1-я часть Вводная	Ходьба и бег между кубиками, положенными в шахматном порядке, по кругу, держась за шнур, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба с выполнением заданий. Бег в рассыпную, с выполнением заданий, в чередовании				
	ОРУ	С кубиками	С косичкой	С малым мячом	Без предметов	
	2-я часть Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см). 2. Прыжки на правой, левой ноге между кубиками. 3. Забрасывание мяча в корзину. 4. Стоя в шеренгах, перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди	1. Прыжки в длину с места. 2. Ползание под дугами, подталкивая мяч головой. 3. Бросание мяча вверх двумя руками, снизу друг другу, от груди. 4. Пролезание в обруч боком. 5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны	1. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Прыжки через шнур - ноги врозь, ноги вместе. 4. Ведение мяча и забрасывание в баскетбольное кольцо	<p><i>Игровые упражнения</i></p> <p>1. Волейбол через сетку. 2. Пас друг другу мячом. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, отбивая мяч о пол. 4. «Мой веселый звонкий мяч». 5. «Точный бросок».</p> <p><i>Подвижные игры</i></p> <p>1, «Мышеловка». 2. «Мяч водящему». 3. «Ловишки с ленточками». 4. «Не оставайся на полу». 5. «Пожарные на учениях». 6. «Найди свой цвет»</p>	
	3-я часть Подвижные игры	«Медведь и пчелы» (лазание)	«Совушка»	«Хитрая лиса»		
	Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Съедобное - несъедобное»	«Угадай, что изменилось?»		

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
№ занятия (дата)					
Задачи	<p>У ч и т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске;</li> <li>- метать мячи в вертикальную цель; - лазать по гимнастической стенке.</li> </ul> <p>З а к р е п л я т ь :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение перепрыгивать через бруски; - забрасывание мяча в корзину;</li> <li>- навык энергичного отталкивания и приземления при прыжках в длину с места;</li> <li>- подлезание под дугу и отбивание мяча о пол;</li> <li>- подлезание под палку и перешагивание через нее</li> </ul>				<p><b>Социально-коммуникативное:</b>  побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр. Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Учитывать правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.  <b>Познавательное:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз.</p>
1-я часть <b>Вводная</b>	Ходьба и бег враспынную, в колонне по одному, бег до 1,5 минут с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны, бег до 2 минут, ходьба с выполнением заданий на внимание				
ОРУ	С обручем	С палкой	На скамейке	Без предметов (аэробика)	
2-я часть <b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по наклонной доске, бег, спуск шагом. 2. Перепрыгивание через бруски толчком обеих ног прямо, правым и левым боком. 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы, от груди, с ведением мяча, правой и левой рукой	1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание под палку, перешагивание через нее (высота 40 см). 3. Прыжки на двух ногах через косички. 4. Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками. 5. Прыжки в длину с места	1. Лазание по гимнастической стенке одним и разными способами. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за головой. 3. Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд. 4. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой	<p><i>Игровые упражнения</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Проползи - не урони».</li> <li>2. Ползание на четвереньках между кеглями.</li> <li>3. «Дни недели».</li> <li>4. «Мяч среднему» (круг).</li> <li>5. «Покажи цель».</li> </ol> <p><i>Подвижные игры</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Прыгни и присядь».</li> <li>2. «Ловкая пара».</li> <li>3. «Догони мяч» (по кругу).</li> <li>4. «Мяч через обруч».</li> <li>5. «С кочки на кочку».</li> <li>6. «Не оставайся на полу»</li> </ol>	
3-я часть <b>Подвижные игры</b>	«Космонавты»	«Поймай палку»	«Бег по расчету»		
<b>Малоподвижные игры</b>	«Зима» (мороз - стоять, вьюга - бегать, снег - кружиться, метель - присесть)	«Стоп»	Ходьба в колонне по одному		

ФЕВРАЛЬ

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
№ занятия (дата)					
Задачи	<p>У ч и т ь :</p> <p>- ходьбе по канату с мешочком на голове; - прыжкам в высоту с разбега.</p> <p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе в колонне по одному с поворотом в другую сторону на сигнал; - прыжках из обруча в обруч; - перебрасывании мяча друг другу; - метании в цель; - ходьбе и беге между предметами с перестроением в пары и обратно.</p> <p>Повторить ползание на четвереньках между предметами, по скамейке на ладонях и ступнях, в подлезании под рейку в группах, построенных в три колонны</p>				<p><b>Социально-коммуникативное:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. <b>Познавательное:</b> <b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз</p>
1-я часть Вводная	Ходьба в колонне по одному, на сигнал поворот в другую сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по четыре				
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С обручем	Без предметов	
2-я часть Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки из обруча в обруч, через набивные мячи. 3. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками с хлопком в ладоши, 4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи	1. Прыжок в высоту с разбега (высота 30 см). 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 3. Ползание на четвереньках и прыжки на двух ногах между кеглями. 4. Ползание по скамейке «по-медвежьему»	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше. 2. Прыжки правым и левым боком через косички (40 см), из обруча в обруч на одной и двух ногах. 3. Метание мешочка в горизонтальную цель. 4. Подлезание под дугу (по ряд 4—5 шт.), не касаясь руками пола	<p><i>Игровые упражнения</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>«Кто выше прыгнет?».</li> <li>«Кто точно бросит?».</li> <li>«Не урони мешочек».</li> <li>«Перетяни к себе».</li> <li>«Кати в цель».</li> <li>«Ловишки с мячом».</li> </ol> <p><i>Подвижные игры</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>«Большая птица».</li> <li>«Переправься по кочкам».</li> <li>«Удочка».</li> <li>«Проползи - не задень».</li> <li>Передача мяча над головой.</li> <li>«Мяч ведущему»</li> </ol>	
3-я часть Подвижные игры	«Пожарные на учении»	«Медведь и пчелы»	«Не оставайся на полу»		
Малоподвижные игры	Эстафета «Мяч ведущему»	Ходьба в колонне по одному	«Угадай по голосу»		

	Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей	
	№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8		
АПРЕЛЬ	Задачи	<p>Р а з у ч и т ь : - прыжки с короткой скакалкой; - бег на скорость.  У п р а ж н я т ь : - в ходьбе по гимнастической скамейке;  - прыжках на двух ногах; - метании в вертикальную цель;  - ходьбе и беге между предметами; - прокатывании обручей; - равновесии в прыжках.  З а к р е п л я т ь :  - исходное положение при метании в вертикальную цель;  - навыки лазания по гимнастической стенке одноименным способом</p>				<p><b>Социально-коммуникативное:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.</p>	
	1-я часть <b>Вводная</b>	Ходьба по одному, .ходьба и бег по кругу, в рассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами					<p><b>Познавательное:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз.</p>
	ОРУ	Без предметов	С косичкой	С малым мячом	Без предметов		
	2-я часть <b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360° на середине, с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной. 2. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах правым и левым боком 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 4. Подбрасывание маленького мяча и ловля двумя руками после отскока от пола.	1. Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед. 2. Прокатывание обруча друг Другу. 3. Пролезание в обруч. 4. Ползание по скамейке «помедвежь». 5. Метание мешочков в вертикальную цель. 6. «Мяч в круг» (футбол с водящим)	1. Лазание по гимнастической стенке одним способом. 2. Прыжки через скакалку. 3. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове. 4. Прыжки через шнуры слева и справа, продвигаясь вперед	<p><i>Игровые упражнения</i></p> 1. «Сбей кеглю». 2. «Пробеги - не задень». 3. «Догони обруч». 4. «Догони мяч». <p><i>Подвижные игры</i></p> 1. Передача мяча над головой. 2. «Пожарные на учении». 3. «Метко в цель». 4. «Кто быстрее до флажка». 5. «Хитрая лиса»		
	3-я часть <b>Подвижные игры</b>	«Медведь и пчелы»	«Удочка»	«Горелки»			
	<b>Малоподвижные игры</b>	«Сделай фигуру»	«Стон»	«Кто ушел»			

## Тематическое

	Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я 5-я неделя	Интеграция образовательных областей
	№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Диагностика	Диагностика	
МАЙ	Задачи	Учить прыжкам в длину. У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; - перешагивании через надувные мячи; - прыжках на двух ногах; - перебрасывании мяча друг другу; - лазании «по-медвежьи»; - бросании мяча о пол одной рукой, ловле двумя. З а к р е п л я т ь : - умение ползать по гимнастической скамейке на животе; - бросание мяча о стену				<b><u>Социально-коммуникативное:</u></b> Создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. <b><u>Познавательное:</u></b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз
	1-я часть Вводная	Ходьба и бег между предметами; врассыпную между предметами; бег и ходьба с поворотом в другую сторону				
	ОРУ	Без предметов	С флажками	Без предметов	С ленточками на скамейке	
	2-я часть Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи лицом, боком. 2. Прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу, на двух ногах. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля после отскока от пола	1. Прыжки в длину с разбега. 2. Ползание по скамейке «по-медвежьи». 3. Подлезание под дугу. 4. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 5. Забрасывание мяча в кольцо (баскетбол)	1. Ходьба по гимнастической скамейке, ударя мячом о пол, и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи по скамейке. 4. Прыжки на левой и правой ноге между кеглями	<i>Игровые упражнения</i> 1. «Проведи мяч» (футбол). 2. «Пас друг другу». 3. «Отбей волан». 4. «Прокати - не урони» (обруч). 5. «Забрось в кольцо». 6. «Мяч о пол». <i>Подвижные игры</i> 1. «Чья команда дальше прыгнет?». 2. «Посадка овощей». 3. Бег через скакалку. 4. «Горные спасатели». 5. «Большая птица»	
	3-я часть Подвижные игры	«Караси и щука»	«Третий лишний»	«Перемени предмет»		
Малоподвижные игры	«Что изменилось?»	«Эхо»	«Тише едешь - дальше будешь»			



**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД  
по физической культуре на воздухе  
Старшая группа**

месяц	дата	задачи
сентябрь	1-я неделя	Упражнять в построении в колонны, в равновесии и прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Пингвины», «Не промахнись», «По мостику», <i>Подвижная игра</i> «Ловишки» <i>Малоподвижная игра</i> «У кого мяч»
	2-я неделя	Повторить ходьбу и бег между предметами, враспынную, 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», <i>Подвижная игра</i> «Мы веселые ребята» <i>Малоподвижная игра</i> «Найди и промолчи»
	3-я неделя	<i>Развивать</i> ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. <i>Подвижная игра</i> «Удочка».
	4-я неделя.	Упражнять - в беге на длинную дистанцию, в прыжках, Повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер. <i>Игровые упражнения:</i> «Поймай мяч», «Будь ловким», «Найди свой цвет»
октябрь	1-я неделя	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии, в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч о стенку», «Поймай мяч», «Не задень», <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» <i>Малоподвижная игра</i> «Угадай, чей голосок»
	2-я неделя	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»
	3-я неделя	Упражнять в беге, развивая выносливость, в перебрасывании мяча в  <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»
	4-я неделя.	Повторить бег с преодолением препятствий, Игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч о стенку» <i>Подвижная игра</i> «Ловишки-перебежки», «Удочка».
ноябрь	1-я неделя	Повторить бег; Игровые упражнения с мячом, в равновесии, в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч о стенку», «Поймай мяч», «Не задень», <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» <i>Малоподвижная игра</i> «Угадай, чей голосок»
	2-я неделя	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»

	3-я неделя	Упражнять в беге, развивая выносливость, в перебрасывании мяча в шеренгах. <i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками и бегом. <i>Игровые упражнения:</i> «Перебрось и поймай», «Перепрыгни - не задень» «Ловишки парами» <i>Малоподвижная игра</i> «Летает - не летает»»
	4-я неделя.	<i>Повторить</i> бег с преодолением препятствий, Игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч о стенку» <i>Подвижная игра:</i> «Ловишки- перебежки», «Удочка».
декабрь	1-я неделя	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»
	2-я неделя	Повторить ходьбу и бег между предметами, <i>Упражнять</i> в прыжках с продвижением вперед до предмета, в метании предметов на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Метко в цель», «Кто быстрее?» (прыжки) «Пройдем по мостику» <i>Подвижная игра</i> «Мороз Красный Нос» <i>Малоподвижная игра</i> «Найди, где спрятано»
	3-я неделя	<i>Упражнять</i> в ходьбе по бревну с различными положениями для рук, В перепрыгивании через предметы. <i>Игровые упражнения:</i> «По мостику», «Через веревочку», «В ворота» <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса»
	4-я неделя.	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»
январь	1-я неделя	Повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; с мячом и кеглями. <i>Игровые упражнения</i> - ведение шайбы между предметами, -передача шайбы на клюшку друг другу, - «Сбей кеглю» <i>Подвижная игра</i> «Ловишки парами»
	2-я неделя	Повторить игровые упражнения с бегом и мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее», «Пробеги – не задень» <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем зайца»
	3-я неделя	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием предметов на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Пробеги - не задень», «Кто дальше бросит» <i>Подвижная игра</i> «Мороз Красный Нос»
	4-я неделя.	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками; <i>Игровые упражнения</i> «По местам», «Пробеги – не задень» «Кто быстрее»

февраль	1-я неделя	<p>Повторить игровые упражнения с шайбой; повторить лазанье по повышенной опоре.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Проведи - не задень», «Точный пас друг другу», «Кто выше»</p> <p><i>Подвижная игра «Мышеловка»»</i></p>
	2-я неделя	<p>Упражнять в метании предметов на дальность, Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Кто дальше», «Кто быстрее»</p> <p><i>Малоподвижная игра «Найди, где спрятано»</i></p>
	3-я неделя	<p>Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками; метание предметов в цель и на дальность.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Точно в круг», «Кто дальше»</p> <p><i>Подвижная игра «Ловишки»</i></p>
	4-я неделя.	<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну по 1; ходьба с выполнением заданий.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее», «Не попадись», «По мостику»</p> <p><i>Подвижная игра «Ловишки-перебежки»</i></p> <p><i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i></p>
март	1-я неделя	<p>Повторить игровые упражнения с бегом;</p> <p><i>Упражнять</i> в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Пас точно на клюшку», «Проведи – не задень»</p> <p><i>Подвижная игра «Горелки»</i></p> <p><i>Малоподвижная игра «Летает- не летает»</i></p>
	2-я неделя	<p>Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Ловкие ребята», «Кто быстрее»</p> <p><i>Подвижная игра «Карусель»</i></p> <p><i>Игра малой подвижности по выбору детей.</i></p>
	3-я неделя	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании;</p> <p><i>Повторить</i> игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Канатоходец», «Удочка» -игровое упражнение с прыжками</p> <p><i>Эстафета с мячом «Быстро передай»</i></p> <p><i>Игра малой подвижности «Угадай по голосу»</i></p>
	4-я неделя.	<p>Упражнять в беге на скорость;</p> <p><i>Разучить</i> упражнение с прокатыванием мяча;</p> <p><i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Прокати – сбей», «Пробеги – не задень»</p> <p><i>Подвижная игра «Удочка»</i></p> <p><i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i></p>
ь апрел	1-я неделя	<p>Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега;</p> <p>Повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом</p>

	2-я неделя	<p>Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча;</p> <p><i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками и мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Пройди – не задень», «Догони обруч», «Перебрось и поймай»</p> <p><i>Эстафета</i> с прыжками «Кто быстрее до флажка»</p> <p><i>Малоподвижная игра</i> «Кто ушел?»</p>
	3-я неделя	<p>Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i></p> <p>«Кто быстрее», «Мяч в кругу»</p> <p><i>Подвижная игра</i></p>
	4-я неделя.	<p>Упражнять в беге на скорость;</p> <p><i>Повторить</i> игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i></p> <p>«Сбей кеглю», «Пробеги – не задень», «С кочки на кочку».</p>
май	1-я неделя	<p><i>Упражнять</i> в беге с высоким подниманием бедра;</p> <p><i>Развивать</i> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Проведи мяч», «Пас друг другу», «Отбей волан»</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Гуси-лебеди»</p>
	2-я неделя	<p><i>Развивать</i> выносливость в непрерывном беге;</p> <p><i>Упражнять</i> в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер;</p> <p><i>Повторить</i> игровые упражнения с мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Прокати – не урони», «Кто быстрее», «Забрось в кольцо»</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Совушка»</p>
	3-я неделя	<p>Повторить бег на скорость;</p> <p>Игровые упражнения с мячом, в прыжках.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее», «Ловкие ребята»</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Мышеловка»</p> <p><i>Эстафета</i> с мячом.</p>
	4-я неделя.	<p>Упражнять в ходьбе и беге с изменением темпа движения; в игровых упражнениях с мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Мяч водящему,</p> <p><i>Эстафета</i> с мячом «Передача мяча в колонне» (двумя руками назад)</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на земле»</p>

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я 5-я неделя	Интеграция образовательных областей
	№ занятия (дата)	Диагностика	Диагностика	Занятия 5-6	
Задачи	Упражнять: - в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; - в ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу; в сохранении равновесия на повышенной опоре. Развивать точность при переброске мяча, координацию движений в прыжке с доставанием до предмета, и перешагивании через предметы Повторить упражнения: - на перебрасывание мяча и подлезании под шнур; в перелезании через скамейку;- прыжки на двух ногах;				<b><u>Социально-коммуникативное:</u></b> Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам Формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня <b><u>Познавательное:</u></b> формировать навык ориентировки в пространстве направления движения
1-я часть Вводная	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м- ходьба, 20 м - бег); бег в рассыпную; ходьба и бег с различным положением рук, с четким поворотом на углах; бег до 60 сек; перестроение в колонну по три				
ОРУ	Без предметов	С палкой	С мячом	С обручем	
2-я часть Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку к носку (с мешочком на голове). 2. Прыжки на двух ногах через шнур. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом через мячи. 4. Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние – 3 м)	1. Прыжки с разбега с доставанием до предмета. 2. Подлезание под шнур правым и левым боком. 3. Перебрасывание мячей друг другу двумя способами (расстояние - 4 м). 4. Упражнение «Крокодил». 5. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (положение в шахматном порядке)	1. Бросание малого мяча вверх (правой и левой рукой), ловля двумя руками. 2. Ползание на животе, подтягиваясь руками. 3. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками на каждый раз под ногой, на середине скамейки - поворот, приседание и ходьба до конца снаряда	<b><i>Игровые упражнения</i></b> 1. «Ловкие ребята» (тройки). 2. «Пингвины» (мешочек зажат в коленях, прыжки по кругу). 3. «Догони свою пару» (ускорение). 4. «Проводи мяч». 5. «Круговая лапта» (выбивали, в кругу две команды) <b><i>Эстафеты</i></b> 1. «Дорожка препятствий». 2. «Пингвины» (две команды). 3. «Быстро передай» (боком). 4. «Крокодилы» (в парах две команды). 5. «Фигуры»	
Подвижные игры	флажка?»				
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с дыхательными упражнениями	«Вершки и корешки»	«Найди и промолчи»		

СЕНТЯБРЬ

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

	Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
	№ занятия (дата)	Занятия 1-3	Занятия 4-5	Занятия 6-7	Занятия 8-9	
<b>ОКТАБРЬ</b>	Задачи	Учить выполнять прыжки вверх из глубокого приседания. Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бег между линиями. Упражнять; - в сохранении равновесия; прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; - переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений				<p><b>Социально-коммуникативное:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).                      Обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания                      Учить следить за чистотой спортивного инвентаря  <b>Познавательное:</b> развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи.  <b>Художественно-эстетическое:</b> продолжать вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку</p>
	1-я часть <b>Вводная</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут				
	ОРУ	Со скакалкой	С кеглями	Со скакалкой	С мячом	
	2-я часть <b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову, на середине присесть, встать и пройти дальше; боком приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки через шнур и вдоль на двух ногах, на правой и левой. 3. Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками, перебрасывание друг другу	1. Прыжки с высоты (40 см). 2. Отбивание мяча одной рукой на месте. 3. Ведение мяча, забрасывание его в корзину двумя руками. 4. Пролезание через три обруча, в обруч прямо и боком	1. Ведение мяча: по прямой, сбоку; между предметами; по полу, подталкивая мяч головой. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе пря мо, подтягиваясь руками. 3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за головой, с мешочком на голове. 4. Прыжки вверх из глубокого приседа.	<b>Игровые упражнения</b> 1. «Проведи мяч». 2. «Круговая лапта». 3. «Кто самый меткий?». 4. «Эхо» (малоподвижная). 5. «Совушка». <b>Эстафеты</b> 1. «Кто быстрее?» (ведение мяча). 2. «Мяч водящему» (2-3 команды). 3. «Ловкая пара». 4. «Не задень» (2-3 команды)	
	3-я часть <b>Подвижные игры</b>	«Стоп»	«Дорожка препятствий»	«Охотники и утки»		
	<b>Малоподвижные игры</b>	«Вершки и корешки»	«Фигуры»	«Фигурная ходьба», «Улитка, иголка и нитка»		

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

	Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
	№ занятия (дата)	Занятия 1 )	Занятия 2-3	Занятия 4-5	Занятия 6-7	
НОЯБРЬ	Задачи	Учить - ходьбе по канату; - прыжкам через короткую скакалку; - бросанию мешочков в горизонтальную цель; - переходу по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке. Упражнять: -в энергичном отталкивании в прыжках; - подползании под шнур; - прокатывании обручей; - ползании по скамейке с мешочком на голове; - равновесии. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой», между предметами				<u><b>Социально-коммуникативное:</b></u> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр. Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега враспынную. Следить за опрятностью своей физической формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование <u><b>Познавательное:</b></u> ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз)
	1-я часть Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, враспынную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Ходьба с выполнением заданий				
	ОРУ	С обручами	Со скакалкой	На гимнастической скамейке	Игра «Запрещенное движение»	
	2-я часть Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком приставным шагом. 2. Прыжки через шнуры. 3. Эстафета «Мяч водящему». 4. Прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур	1. Прыжки через короткую скакалку с вращением ее вперед. 2. Ползание под шнур боком. 3. Прокатывание обруча друг другу. 4. «Попади в корзину» (баскетбольный вариант-расстояние 3 м)	1. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. 2. Метание в горизонтальные цели (расстояние 4 м). 3. Влезание на гимнастическую стенку и переход на другой пролет по диагонали. 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе	Игровые упражнения 1. «Перелет птиц». 2. «Лягушки и цапля». 3. «Что изменилось?». 4. «Удочка». 5. «Придумай фигуру». Эстафеты 1. «Быстро передай» (в колонне). 2. «Кто быстрее доберется до флажка?» (прыжки на левой и правой ноге). 3. «Собери и разложи» (обручи). 4. «Летает - не летает». 5. «Муравейник»	
	3-я часть Подвижные игры	«Перелет птиц»	«Мышеловка»	«Рыбак и рыбки»		
	Малоподвижные игры	«Затейники»	«Эхо»	«Придумай фигуру» (ходьба в колонне по одному с дыхательными упражнениями)		

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

	Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я 4-я неделя	4-я 5-я неделя	Интеграция образовательных областей
	№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-7	Занятия 8-10	
<b>ДЕКАБРЬ</b>	Задачи	Закреплять навыки и умения: - ходьбы с выполнением задания по сигналу; - бега с преодолением препятствий, парами; - перестроения с одной колонны в две и три; - соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять: - в прыжках при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах; - переползании по гимнастической скамейке; - лазании по гимнастической стенке с переходом на другой пролет				<b><u>Социально-коммуникативное:</u></b> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. Учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. Следить за опрятностью своей физической формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование.
	1-я часть Вводная	Ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроение в ходьбе «один - два». Бег в рассыпную, с преодолением препятствий (6-8 брусков), между набивными мячами				
	ОРУ	С малым мячом	С гимнастической палкой	С малым мячом	В парах	
	2-я часть Основные виды движений	1. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 2. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием поочередно на правую и левую ноги, с перенесением махом другой ноги снизу сбоку скамейки. 4. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги. 5. Эстафета «Передал - садись»	1. Прыжки на правой и левой ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние 3 м). 3. Упражнение «Крокодил». 4. Отбивание мяча в ходьбе. 5. Подбрасывание малого мяча вверх и ловля его после отскока от пола («Быстрый мячик»)	1. Ходьба по скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись, помогая друг другу. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры, обручи. 3. Переползание по прямой - «Крокодил» (расстояние 3 м). 4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. 5. Перебрасывание мяча двумя руками, ловля его после хлопка или приседания	<i>Игровые упражнения</i> 1. «Догони пару». 2. «Ловкая пара». 3. «Снайперы». 4. «Затейники». 5. «Горелки». <i>Эстафеты</i> 1. «Передал - садись». 2. «Гонка тачек». 3. «Хитрая лиса». 4. «Перемени предмет». 5. «Коршун и наседки». 6. «Загони льдинку». 7. «Догони мяч». 8. «Паутинки» (обручи, ленты)	
	3-я часть Подвижные игры	«Ловля обезьян»	«Перемени предмет»	«Два Мороза»		
	Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Летает - не летает»	«Пройди бесшумно»		



**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

	Задачи,							Интеграция образовательных областей	
	этапы занятия	2-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя				
	№ занятия (дата)	Занятия 1	Занятия 2	Занятия 3-4	Занятия 5-6				
<b>ЯНВАРЬ</b>	Задачи	Учить: - ходьбе приставным шагом; - прыжкам на мягком покрытии; - метанию набивного мяча. Закреплять: - перестроение из одной колонны в две по ходу движения; - переползание по скамейке. Развивать: - ловкость и координацию в упражнениях с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить: - упражнения на равновесие на гимнастической стенке; - прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед					<b><u>Социально-коммуникативное:</u></b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. Формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.		
	1-я часть <b>Вводная</b>	Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, враспынную. Бег «змейкой», с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен, подскоки, шаг «голова по кругу». Повороты налево, направо					Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. Формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.		
	ОРУ	На скамейках	С кеглями	С большим мячом	Без предметов				
	2-я часть <b>Основные виды движений</b>	1. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 м. 2. Подлезание под палку (40 см). 3. Перешагивание через шнур (40 см). 4. Ползание по скамейке с мешочком на спине. 5. Отбивание мяча правой и левой рукой в движении. 6. Прыжки на левой и правой ноге через шнур. 7. Перебрасывание мяча друг другу от груди двумя руками	1. Прыжки на мат с места (толчком двух ног). 2. Прыжки с разбега (3 шага). 3. Ведение мяча попеременно правой и левой руками. 4. Переползание по скамейке с мешочком на спине, с чередованием с подлезанием в обруч	1. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 3. Влезание на гимнастическую стенку одноименным способом. 4. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. 5. Ходьба по канату боком приставными шагами с мешочком на голове	<b><i>Игровые упражнения</i></b> 1. Ведение мяча клюшкой -«Ловкий хоккеист». 2. «Догони пару». 3. «Снайперы» (кегли, мячи). 4. «Точный пас». 5. «Мороз - красный нос». 6. «Жмурки». 7. «Платочек».		<b><u>Познавательное:</u></b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта. <b><u>Художественно-эстетическое:</u></b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки		
	3-я часть <b>Подвижные игры</b>	«Кто скорее доберется до флажка?»	«Ловишки с ленточкой»	«Горшки», «Волк во рву»	4. «Мяч водящему». 5. «Воевода с мячом» 6. «Гусеница»				
	<b>Малоподвижные игры</b>	«Что изменилось?»	Ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений руками	Ходьба по массажным дорожкам					

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

	Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я 4-я неделя	4-я 5-я неделя	Интеграция образовательных областей	
	№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-7	Занятия 8-10		
ФЕВРАЛЬ	Задачи	Закреплять: - навык ходьбы и бега в чередовании; - перестроение в колонну по одному и по два в движении; - лазание по гимнастической стенке. Упражнять: - в сохранении равновесия; энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; -беге до 3 минут; - ведении мяча ногами. Развивать: -координацию движений в упражнениях с мячом; - ориентировку в пространстве; -глазомер и точность попадания при метании. Учить вращать обруч на руке и на полу				<b>Социально-коммуникативное:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.	
	1-я часть Вводная	Ходьба и бег в чередовании (ходьба -10м, бег - 20 м), врассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одному и по два в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; бег до 2,5 мин. Построение в три колонны на счет «раз-два-три»; бег до 3 мин; ходьба и бег «змейкой»				Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.	
	ОРУ	С гантелями	С мячом	С гантелями		Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.	
	2-я часть Основные виды движений	1. Ходьба по рейке гимнастической скамейки: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову; с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева; поочередно на правой и левой ноге. 3. Бросание мяча вверх, ловля с произведением хлопка; с поворотом кругом	1. Прыжки в длину с места. 2. Метание в вертикальную цель левой и правой руками. 3. Лазание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 4. Пролезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола. 5. Ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе	1. Метание мячей в горизонтальную цель пи очки (2 команды). 2. Пролезание и обруч в парах. 3. Прокатывание обручей друг другу. 4. Вращение обруча на кисти руки. 5. Вращение обруча на полу. 6. Лазание по гимнастической стенке изученным способом.	Игровые упражнения 1. «Через болото по кочкам» (из обруча в обруч). 2. «Ведение мяча» (футбол). 3. «Мяч о стенку». 4. «Быстро по местам». 5. «Тяни в круг». Эстафеты 1. «Пингвины». 2. «Пробеги - не сбей». 3. Волейбол с большим мячом. 4. «Мишень - корзинка». 5. «Ловкие ребята»	Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.	
	3-я часть Подвижные игры	«Перелёт птиц»	«Воробышки и автомобиль»	«Жмурки»		(спрыгивание; продвижение по наклонной лестнице; по скамейке на четвереньках)	
	Малоподвижные игры	«Ножки мёрзнут».	«По тропинке в лес».	«Стоп»		вперёд – назад, вверх-вниз	

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

	Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я 4-я неделя	4-я 5-я неделя	Интеграция образовательных областей	
	№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-7	Занятия 8-10		
МАРТ	Задачи	Закреплять: - навык ходьбы и бега в чередовании; - перестроение в колонну по одному и по два в движении; - лазание по гимнастической стенке. Упражнять: - в сохранении равновесия; энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; -беге до 3 минут; - ведении мяча ногами. Развивать: -координацию движений в упражнениях с мячом; - ориентировку в пространстве; -глазомер и точность попадания при метании. Учить вращать обруч на руке и на полу				<b>Социально-коммуникативное:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.	
	1-я часть Вводная	Ходьба и бег в чередовании (ходьба -10м, бег - 20 м), врассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одному и по два в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; бег до 2,5 мин. Построение в три колонны на счет «раз-два-три»; бег до 3 мин; ходьба и бег «змейкой»				Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.	
	ОРУ					закаливания, поощрять речевую активность.	
	2-я часть Основные виды движений	1. Ходьба по рейке гимнастической скамейки: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову; с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева; поочередно на правой и левой ноге. 3. Бросание мяча вверх, ловля с произведением хлопка; с поворотом кругом	1. Прыжки в длину с места. 2. Метание в вертикальную цель левой и правой руками. 3. Лазание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 4. Пролезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола. 5. Ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе	1. Метание мячей в горизонтальную цель пи очки (2 команды). 2. Пролезание и обруч в парах. 3. Прокатывание обручей друг другу. 4. Вращение обруча на кисти руки. 5. Вращение обруча на полу. 6. Лазание по гимнастической стенке изученным способом.	Игровые упражнения 1. «Через болото по кочкам» (из обруча в обруч). 2. «Ведение мяча» (футбол). 3. «Мяч о стенку». 4. «Быстро по местам». 5. «Тяни в круг». Эстафеты 1. «Пингвины». 2. «Пробеги - не сбей». 3. Волейбол с большим мячом. 4. «Мишень - корзинка». 5. «Ловкие ребята»	Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. <b>Познавательное:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз	
	3-я часть Подвижные игры	«Кто быстрее доберется до флажка?»	«Горелки»	«Жмурки»			
	Малоподвижные игры	«Эхо»	«Придумай фигуру»	«Стоп»	(спрыгивание; продвижение по наклонной лестнице; по скамейке на четвереньках)		

**Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

	Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
	№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8	
<b>АПРЕЛЬ</b>	Задачи	<p>Учить:                      - ходьбе парами по ограниченной площади опоры; - ходьбе по кругу во встречном направлении - «Улитка».                      Закреплять: - ходьбу с изменением направления; - бег с высоким подниманием бедра; - навык ведения мяча в прямом направлении; - лазание по гимнастической скамейке; - метание в вертикальную цель; - ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; - лазание по гимнастической стенке одноименным способом.                      П о в т о р и т ь : - прыжки с продвижением вперед; - ходьба и бег с ускорением и замедлением; - ползание по гимнастической скамейке; - упражнения на сохранение равновесия; -прыжки через короткую скакалку; - ходьба по канату с сохранением равновесия.                      С о в е р ш е н с т в о в а т ь прыжки в длину с места</p>				<p><b>Социально-коммуникативное:</b>                      создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)                      Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.                      Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.                      Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.  <b>Познавательное:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз.</p>
	1-я часть Вводная	Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «Улитка» - ходьба в два круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м (1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба врассыпную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз-два»				
	ОРУ	С обручами	Без предметов	Со скакалкой	Без предметов	
	2-я часть Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба парами по двум параллельным скамейкам.</li> <li>2. Прыжки на двух ногах по прямой с мешочком, зажатым между коленей.</li> <li>3. Метание мешочков в горизонтальную цель.</li> <li>4. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись.</li> <li>5. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на двух ногах.</li> <li>2. Ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину.</li> <li>3. Ведение мяча между предметами.</li> <li>4. Прыжки через скамейку с продвижением вперед.</li> <li>5. Прыжки в длину с разбега</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Метание мешочка в вертикальную цель правой и левой руками от плеча (4 м).</li> <li>2. Лазание по гимнастической скамейке с мешочком на спине - «Кто быстрее?».</li> <li>3. Прыжки через скакалку произвольным способом.</li> <li>4. Ходьба по рейке гимнастической скамейки.</li> <li>5. Ходьба боком приставным шагом по канату.</li> <li>6. Прыжки и длину с разбега</li> </ol>	<p><i>Игровые упражнения</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Кто быстрее соберется?».</li> <li>2. «Перебрось - поймай».</li> <li>3. «Передал - садись».</li> <li>4. «Дни недели».</li> </ol> <p><i>Эстафеты</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег со скакалкой.</li> <li>2. «Рыбак и рыбаки».</li> <li>3. «Мяч через сетку».</li> <li>4. «Быстро разложи – быстро собери».</li> <li>5. «Мышеловка».</li> <li>6. «Ловишки с ленточкой»</li> </ol>	
	3-я часть Подвижные игры	«Ловля обезьян»	«Прыгни - присядь»	«Охотники и утки»		
	Малоподвижные игры	«Пройди - не задень»	«Стоп»	Ходьба с выполнением заданных руками		

Календарно-тематическое планирование НОД «Физическое развитие», подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

	Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
	№ занятия (дата)	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Диагностика	Диагностика	
МАЙ	Задачи	Учить: - бегать на скорость; - бегать со средней скоростью до 100 м. Упражнять: - в прыжках в длину с разбега; - перебрасывании мяча в шеренгах; - равновесии в прыжках; - забрасывании мяча в корзину двумя руками. Повторять: - упражнение «Крокодил»; прыжки через скакалку; - ведение мяча				<b><u>Социально-коммуникативное:</u></b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр <b><u>Познавательное:</u></b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз
	1-я часть Вводная	Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения				
	ОРУ	С малым мячом	С гимнастической палкой	С большим мячом	С обручами	
	2-я часть Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг - передача мяча перед собой и за спину. 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг	1. Бег на скорость (30 м). 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние 4 м); двумя руками от груди. 4. Ведение мяча ногой по прямой	1. Прыжки через скакалку. 2. Подвижная игра «Передача мяча в колонне». 3. Бег со средней скоростью 100 м. 4. Ведение мяча и забрасывание его в корзину. 5. Переползание на двух руках - «Крокодил»	<b>Игровые упражнения</b> 1. «Крокодил». 2. Прыжки разными способами через скакалку. 3. «Кто выше прыгнет?» (в высоту). 4. «Мяч водящему». <b>Эстафеты</b> 1. «Кто быстрее?» (бег). 2. Детский волейбол (через сетку двумя руками). 3. «Ловкие футболисты». 4. Комбинированная эстафета: ползание по скамейке с подтягиванием руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой; перепрыгивание через рейку. 5. «Кто дальше прыгнет?»	
	3-я часть Подвижные игры	«Мышеловка»	«Лодочки и пассажиры»	«Прыгни - присядь»		
	Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Запрещенное движение»			

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД  
по физической культуре на воздухе  
Подготовительная к школе группа**

месяц	дата	задачи
сентябрь	1-я неделя	Упражнять в равномерном беге и беге с ускорением; Знакомить с прокатыванием обручей, Повторить 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»
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в 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»
	3-я неделя	Упражнять в чередовании ходьбы и бега, Развивать быстроту и точность движения при передаче мяча, 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»
	4-я неделя.	Повторить ходьбу и бег по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Прыжки по кругу», «Проведи мяч», «Круговая лапта» <i>Малоподвижная игра</i> «Фигуры»
октябрь	1-я неделя	Упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом. Повторить задания с прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Перебрось – поймай», «Не попадись», «Фигуры»
	2-я неделя	Повторить бег в среднем темпе до 1,5 мин; развивать точность броска, Упражнять в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто самый меткий», «Перепрыгни – не задень» <i>Подвижная игра</i> «Совушка»
	3-я неделя	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Успей выбежать», «Мяч водящему» <i>Подвижная игра</i> «Не попадись»
	4-я неделя.	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; Упражнять в прыжках и переброске мяча. <i>Игровые упражнения:</i> «Лягушки», «Не попадись» <i>Подвижная игра</i> «Ловишки с ленточками» <i>Малоподвижная игра</i> «Эхо»

ноябрь	1-я неделя	Закреплять навык ходьбы и бега, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч о стенку», «Будь ловким» <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» <i>Малоподвижная игра</i> «Затейники»
	2-я неделя	Закреплять навык ходьбы и бега с преодолением препятствий, Ходьбе с остановкой по сигналу, Повторить 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» <i>Малоподвижная игра</i> «Затейники»
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен. Повторить игровые упражнения с мячом и бегом. <i>Игровые упражнения:</i> «Переброска мячей», <i>Подвижная игра</i> «По местам»
	4-я неделя.	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения, Упражнять в поворотах с прыжком на месте. Повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы, упражнять в выполнении заданий с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Передай мяч», «С кочки на кочку» <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса» <i>Малоподвижная игра</i> по выбору детей.
декабрь	1-я неделя	Повторить ходьбу в колонне по 1 с остановкой по сигналу воспитателя, Упражнять в продолжительном беге до 1, 5 мин, Повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Пройди – не задень», «Пас на ходу», <i>Подвижная игра</i> «Совушка»
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе в колонне по 1 с выполнением заданий по сигналу воспитателя, Повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание. <i>Игровые упражнения:</i> «Пройди – не урони», «Из кружка в кружок», «Стой» - игровое упражнение
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге колонной по 1, в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя. Повторить задания с шайбой, упражнения в прыжках, на равновесие. <i>Игровые упражнения:</i> «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди – не урони» <i>Подвижная игра</i> «Лягушки и цапля» <i>Малоподвижная игра</i> по выбору детей.
	4-я неделя.	Упражнять в ходьбе между предметами. Разучить игровое задание «Точный пас», Развивать ловкость и 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»

январь	1-я неделя	Упражнять в ходьбе в колонне по 1, беге между предметами, Ходьбе и беге в рассыпную, Повторить 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»
	2-я неделя	Провести игровое упражнение «Снежная королева», упражнения с элементами хоккея, игровое упражнение с метанием предметов вдаль, игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки».
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе между предметами, разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны зала на другую. <i>Подвижная игра</i> «Два Мороза».
	4-я неделя.	Повторить ходьбу между предметами, разучить игру «По местам!» <i>Игровые упражнения:</i> «По дорожке на одной ножке», «По местам», «Поезд»
февраль	1-я неделя	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя, Повторить игровое упражнение с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.»
	2-я неделя	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. <i>Подвижная игра</i> «Фигуры», «Затейники».
	3-я неделя	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. <i>Подвижная игра</i> «Карусель»
	4-я неделя.	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»
март	1-я неделя	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Бегуны», «Лягушки в болоте», «Мяч о стенку» <i>Игра</i> «Совушка»
	2-я неделя	Упражнять в беге и прыжках. Развивать ловкость в заданиях с мячом. <i>Игра с бегом</i> «Мы веселые ребята», «Охотники и утки» - с мячом. <i>Малоподвижная игра</i> «Тихо – громко»
	3-я неделя	Упражнять в беге на скорость, повторить игровые упражнения с прыжками и с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто скорее до мяча», «Пас ногой», «Ловкие зайчата» <i>Подвижная игра</i> «Горелки» <i>Малоподвижная игра</i> «Эхо»
	4-я неделя.	Повторить упражнения с бегом, прыжками и мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Салки-перебежки», «Передача мяча в колонне», «Удочка», «Горелки».



апрель	1-я неделя	<p>Повторить 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</i> «Охотники и утки»</p> <p><i>Малоподвижная игра</i> «Великаны и гномы».</p>
	2-я неделя	<p>Повторить 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</i> «Горелки»</p>
	3-я неделя	<p>Повторить бег на скорость, упражнять 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>Малоподвижная игра</i> «Тихо – громко»</p>
	4-я неделя.	<p>Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Передача мяча в колонне»,</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Лягушки в болоте» (с прыжками)</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Горелки»</p> <p><i>Малоподвижная игра</i> «Великаны и гномы»</p>
май	1-я неделя	<p>Упражнять в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении, Упражнять в прыжках через короткую скакалку, повторить упражнения в равновесии с дополнительным заданием.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Пас на ходу», «Брось – поймай», Прыжки через короткую скакалку.</p> <p><i>Игра по выбору детей.</i></p>
	2-я неделя	<p>Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий, Повторить упражнения с мячом, в прыжках.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Ловкие прыгуны», «Проведи мяч», «Пас друг другу»</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Мышеловка»</p>
	3-я неделя	<p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами, В ходьбе и беге в рассыпную, Повторить задания с мячом и прыжками.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Мяч водящему», «Кто скорее до кегли»</p> <p>Индивидуальные игры с мячом.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Горелки»</p>
	4-я неделя.	<p>Повторить игровые упражнения с бегом и ходьбой, Упражнять в заданиях с мячом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «По местам», «Кто быстрее», «Пас ногой», «Кто выше прыгнет»</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на земле»</p>

## Список литературы

1. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду.
2. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка.
3. Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду.
4. Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Рунова М. А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений.
5. Маханева М. Д. С физкультурой дружить - здоровым быть.
6. Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении.
7. Шебеко В. Н., Ермак Н. Н. Физкультурные праздники в детском саду.
8. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 2–7 лет.
9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе.
10. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.
11. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе.
12. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе.
13. Пензулаева Л. И. Малоподвижные игры и упражнения для детей 2–7 лет.

