

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Национальный исследовательский
Томский государственный университет
Детский сад №49

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом
Детского сада № 49 ТГУ
Протокол от 30 августа 2022г. № 1



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий д/с №49 ТГУ
Л.Н. Руденок
30 августа 2022г.

Рабочая программа
по физическому развитию
на 2022-2023 учебный год

Составила:
Руководитель физического воспитания
Кузьминых М.Н.

Целевой раздел Пояснительная записка

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 272-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», «педагогические работники обязаны: осуществлять свою деятельность на высоком профессиональном уровне, обеспечивать в полном объеме реализацию преподаваемых предметов, курсов, дисциплин (модуля) в соответствии с утвержденной программой».

Рабочая программа образовательной деятельности на 2017-2018 учебный год разработана в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования ДОУ № 49 с учетом комплексной образовательной программы дошкольного образования «Мир открытий» научный руководитель Петерсон Л.Г.

Рабочая образовательная программа по физическому воспитанию детей 3-7 лет разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:

- Федеральный Закон от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» (Утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.11.2013г. № 1155);
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении САНПИН» СП 2.4.3648-20).

Рабочая образовательная Программа по образовательной области «Физическое развитие», раздел «Физическая культура» (далее - Программа) – это нормативно-управленческий документ дошкольного учреждения, характеризующий специфику содержания образования по разделу «Физическая культуры», особенности организации физкультурно-оздоровительного процесса, характер оказываемых образовательных услуг.

Программа комплексная, предназначена для детей 3-7 лет, реализует идею объединения усилий родителей и педагогов для успешного решения оздоровительных и воспитательно-образовательных задач по направлению физического развития ребёнка.

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

Рабочая программа обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по физическому направлению.

Содержание рабочей программы отражает реальные условия групп, возрастные и индивидуальные особенности развития воспитанников.

Режим работы – пятидневный, с 7.30. до 19.30 с 12- часовым пребыванием детей в учреждении; выходные дни – суббота, воскресенье.

Развивающая предметно-пространственная среда группы и участка обеспечивает полноценное развитие личности детей в физической области.

Группы воспитанников имеют возможность посещать в соответствии с учебным планом физкультурный и музыкальный зал, спортивную площадку.

Возрастные и индивидуальные особенности детей от 3 до 7 лет.

Программа составлена по возрастным группам. Она охватывает четыре возрастные ступени физического и психического развития детей:

1) дети 3-4 лет; 2) дети 4-5 лет; 3) дети 5-6 лет; 4) дети 6-7 лет.

В каждой возрастной группе предусмотрено формирование представлений, умений и навыков на занятиях и их совершенствование вне занятий.

Для детей 4-5 лет основные усилия направлены на развитие физических качеств и, прежде всего, выносливости и силы, которые являются основой обеспечения хорошей физической подготовленности.

У детей 5-6 лет развиваем высокую физическую работоспособность и направляем усилия на качественную физическую подготовку.

Для детей 6-7 лет основной задачей является создание условий для реализации интересов детей, раскрытия их двигательных способностей и развития самостоятельности.

Учитывая возрастные особенности физического развития дошкольников в первые годы жизни, равноценное значение для них приобретают все три группы средств физической культуры: естественные силы природы, гигиенические факторы, физические упражнения.

Особенности физического воспитания и развития детей 3-4 лет.

К четырём годам дети хорошо владеют в общих чертах всеми видами основных движений, возникает необходимость в двигательной импровизации, но они ещё не умеют соразмерять свои силы и возможности. Убедившись в трудности выполнения какого-либо упражнения, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий. Двигательная активность детей во многом обусловлена достаточно большим двигательным запасом и хорошей пространственной ориентировкой. Они стремятся к разным сочетаниям физкультурных пособий. Как чрезмерно подвижным, так и малоподвижным детям необходима помощь взрослого, который поможет показать разнообразные действия с пособиями: мячом, обручем, скакалкой и т.д. Важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений.

Особенности физического воспитания и развития детей 4-5 лет.

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребёнка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях.

Особенности физического воспитания и развития детей 5-6 лет.

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально-волевых и физических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений.

В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям.

Особенности физического воспитания и развития детей 6-7 лет.

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребности заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность.

Цели педагогической деятельности по достижению эффективности реализации образовательной программы является разностороннее и гармоничное развитие ребёнка, обеспечение его полноценного здоровья, разнообразное развитие движений и физических качеств, формирование убеждений и привычек здорового образа жизни на основе полученных знаний, подготовка к жизни в современном обществе.

Задачи педагогической деятельности:

- развивать основные физические качества (силу, гибкость, ловкость, выносливость, ориентировку в пространстве, равновесие) и умение рационально использовать их в различных условиях;
- развивать основные движения (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни (в закаливании, двигательном режиме, при формировании полезных привычек и др.);
- формировать начальные представления о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- обеспечивать физическое и психическое благополучие;

– приобщать детей к традициям народов Забайкальского края посредством национальных подвижных игр;

- укреплять физическое и психическое здоровье, формировать основы двигательной и гигиенической культуры.

Принципы рабочей программы:

Наряду с общепедагогическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и др.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- принцип оздоровительной направленности, согласно которому руководитель физического воспитания несёт ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей;
- принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально- нравственного и художественно-эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью;
- принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно- оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств, методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой;
- принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию, учитывая индивидуальные особенности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений;
- принцип постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий;
- принцип единства с семьёй, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, развития двигательных навыков;
- принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

Описание образовательной деятельности по физическому направлению развития ребенка.

Образовательная область «Физическое развитие»

Извлечение из ФГОС ДО

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

Описание содержания образовательной деятельности физического воспитания и развития детей от 3 до 4 лет.

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.

3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.

4. Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками.

5. Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

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

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

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

Основные движения. Ходьба. Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой темпа и направления. *Бег*, не опуская головы. *Прыжки.* Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. *Катание, бросание, метание.* Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели. *Лазание* по вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола. *Подвижные игры.* Основные правила в подвижных играх.

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

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

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка (Что нас радует)

- ❖ Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.
- ❖ При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.
- ❖ Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.
- ❖ Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.
- ❖ С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату.
- ❖ С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания.

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- ❖ Ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден.
- ❖ Неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании).

- ❖ Затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений.
- ❖ Не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями.
- ❖ Не знаком или имеет ограниченные представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни.
- ❖ Испытывает затруднения в самостоятельном выполнении процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого.

Описание содержания образовательной деятельности физического воспитания и развития детей от 4 до 5 лет.

Задачи образовательной деятельности

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

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

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

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

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

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

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

Основные движения. Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании —

чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом.

Подводящие упражнения. Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного). *Бег.* Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5×3=15), ведение колонны. *Бросание, ловля, метание.* Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. *Ползание, лазание.* Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек. *Прыжки.* Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (в спрыгивание на высоту 15—20 см).

Сохранение равновесия после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. *Подвижные игры:* правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия..

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

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

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка (Что нас радует)

- ❖ В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- ❖ Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.
- ❖ Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения

хорошего результата, потребность в двигательной активности.

- ❖ Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- ❖ Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- ❖ Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.
- ❖ С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.
- ❖ Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.
- ❖ Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.
- ❖ Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- ❖ Двигательный опыт (объем основных движений) беден. Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа воспитателя.
- ❖ Затрудняется внимательно воспринять показ педагога, самостоятельно выполнить физическое упражнение. Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует. Движения недостаточно координированы, быстры, плохо развита крупная и мелкая моторика рук.
- ❖ Испытывает затруднения при выполнении скоростно-силовых, силовых упражнений и упражнений, требующих проявления выносливости, гибкости.
- ❖ Интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями нестойкий. Потребность в двигательной активности выражена слабо.
- ❖ Не проявляет настойчивость для достижения хорошего результата при выполнении физических упражнений. Не переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- ❖ У ребенка наблюдается ситуативный интерес к правилам здорового образа жизни и их выполнению.
- ❖ Затрудняется ответить на вопрос взрослого, как он себя чувствует, не заболел ли он, что болит.
- ❖ Испытывает затруднения в выполнении процессов личной гигиены.
- ❖ Готов совершать данные действия только при помощи и по инициативе взрослого.

Описание содержания образовательной деятельности физического воспитания и развития детей от 5 до 6 лет.

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).

2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.

3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.

4. Развивать творчество в двигательной деятельности.

5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.

6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.

7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.

9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.

10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

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

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

замаха и броска. *Ходьба*. Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. *Бег*. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза) *Прыжки*. На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. *Бросание, ловля и метание*. «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5—9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5—4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. *Ползание и лазание*. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр. *Спортивные игры*. Баскетбол: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам. Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с воспитателем. Футбол: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3—5 м); игра по упрощенным правилам.

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

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

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка (Что нас радует)

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).
- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений. Имеет представления о некоторых видах спорта.
- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.
- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.
- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обратиться к взрослому за помощью).

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- Двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук.
- В двигательной деятельности ребенок затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении слабо выражена потребность в двигательной деятельности.
- Не проявляет интереса к новым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при выполнении упражнений.
- Неуверенно выполняет упражнения, не замечает ошибок других детей и собственных.
- Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры.
- Слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений, не проявляет интереса к проблемам здоровья и соблюдению в своем поведении основ здорового образа жизни.
- Представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни поверхностные.
- Ребенок испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно-гигиенических навыков, в уходе за своим внешним видом, вещами и

Описание содержания образовательной деятельности физического воспитания и развития детей от 6 до 7 лет.

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.

2. Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.

3. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.

4. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.

5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.

6. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

7. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.

8. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

9. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

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

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

Основные движения. Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице: в беге —

энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения.

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

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

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

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

Метание. Отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс. и др.) разными способами. Точное поражение цели.

Лазание. Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице.

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

Спортивные игры. Правила спортивных игр. Баскетбол: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Футбол: способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Бадминтон: правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола. Хоккей: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями

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

Здоровье, как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.).

Результаты образовательной деятельности Достижения ребенка (Что нас радует)

- Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.
- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.
- Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.

- Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья.
- Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью ко взрослому).

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей.

- В двигательной деятельности ребенок затрудняется в проявлении быстроты, координации (ловкости), выносливости, силы и гибкости.
- Допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений.
- Слабо контролирует выполнение своих движений и движений товарищей, затрудняется в их оценке.
- Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности.
- Не проявляет стойкого интереса к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при их выполнении.
- Проявляет несамостоятельность в выполнении культурно-гигиенических процессов (к началу обучения в школе не овладел основными культурно-гигиеническими умениями и навыками).
- Не имеет привычки к постоянному использованию культурно-гигиенических навыков без напоминания взрослого. Проявляет равнодушие по отношению к больному близкому человеку в семье, к заболевшему сверстнику.

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

Таблица 1

Модель физкультурно-оздоровительной деятельности

Формы организации	Группы			
	Вторая младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада				
1.1. Утренняя гимнастика	5-6 минут Ежедневно	6-8 минут Ежедневно	8-10 минут Ежедневно	12 минут Ежедневно
1.2. Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (от 3 мин.)			
1.3. Игры и физические упражнения на прогулке	6-10 минут Ежедневно	10-15 минут Ежедневно	15-20 минут Ежедневно	20-30 минут Ежедневно
1.4. Закаливание				
- воздушные ванны	Ежедневно после дневного сна			
- обтирания				
- босохождение				
- ходьба по массажным дорожкам				
1.5. Дыхательная гимнастика				
2. Учебные физкультурные занятия				
2.1. Физкультурные занятия в спортивном зале	2 раза в неделю 15 минут	2 раза в неделю 20 минут	2 раза в неделю 25 минут	2 раза в неделю 30 минут
2.2. Физкультурные занятия на свежем воздухе	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
3. Спортивный досуг				
3.1. Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)			
3.2. Спортивные праздники	-		2 раза в год	2 раза в год
3.3. Досуги развлечения	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
4. Совместная деятельность с семьей				
3.4. Веселые старты			1 раз в год	1 раз в год
3.5. Информация на стенд	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
3.6. Консультации для родителей	По мере необходимости			

Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с образовательными областями

Физическое развитие интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие (таблица 2).

Таблица 2

Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с образовательными областями

Образовательная область	Задачи
«Социально-коммуникативное развитие»	Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение
«Художественно-эстетическое развитие»	Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей
«Речевое развитие»	Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх
«Познавательное развитие»	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья

Способы, применяемые в образовательной области «Физическое развитие»

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

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

Групповой способ. Дети по указанию руководителя физического воспитания распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его.

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается

показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

В качестве инструментария определения эффективности освоения детьми содержания программы являются научно-методическое пособие «Мониторинг в детском саду» (СПб.: Детство-Пресс, 2010). Диагностика физической подготовленности дошкольников проводится два раза в год: сентябрь- вводная, май - заключительная.

Формы проведения физкультурных занятий

1. Занятия по традиционной схеме.
2. Игровые занятия (состоящие из подвижных игр).
3. Занятия-тренировки в основных видах движений.
4. Занятия-соревнования.
5. Контрольно-проверочные занятия.
6. Сюжетные занятия.
7. Интегрированные занятия.

Структура физкультурных занятий

Каждое занятие состоит из: вводной, основной, заключительной части.

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части. Она включает в себя основные виды движений.

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

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

Из них **вводная часть**

I(беседа вопрос-ответ «Здоровье», «Безопасность»):1,5 мин. - 2-я младшая группа, 2 мин. - средняя группа, 3 мин. - старшая группа, 4 мин. - подготовительная группа.

II(разминка):1, 5 мин. - 2-я младшая группа, 2 мин. - средняя группа, 3 мин. - старшая группа, 4 мин. - подготовительная группа.

Основная часть (обще развивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра): 11 мин. - 2-я младшая группа, 15 мин. - средняя группа, 17 мин. - старшая группа, 19 мин. - подготовительная группа.

Заключительная часть (игра малой подвижности): 1 мин. 2-я младшая группа и средняя группа, 2 мин. - старшая группа, 3 мин. - подготовительная группа.

Расписание физкультурных занятий

Таблица 3

Дни недели	Время	Группы
Понедельник	9:10 – 9:25	2 младшая группа «Пчёлка»
	9:35 – 9:50	2 младшая группа «Теремок»
	10:00 – 10:25	Старшая группа «Колокольчик»
	11:30 – 12:00	Подготовительная группа «Звёздочка» (на улице)
	15:50 – 16:00	1 младшая группа «Смешарики»
*		
Вторник	9:10 – 9:30	Средняя группа «Солнышко»
	9:50 – 10:20	Подготовительная группа «Звёздочка»
	10:30 – 11:00	Подготовительная группа «Родничок»
	11:30 – 11:55	Старшая группа «Колокольчик» (на улице)
*		
Среда	9:10 – 9:25	2 младшая группа «Пчёлка»
	9:35 – 9:50	2 младшая группа «Теремок»
	10:00 – 10:20	Средняя группа «Солнышко»
	15:50 – 16:00	1 младшая группа «Смешарики»
*		
Четверг	9:10 – 9:25	2 младшая группа «Пчёлка»
	9:35 – 9:50	2 младшая группа «Теремок»
	10:00 – 10:25	Старшая группа «Колокольчик»
	11:30 – 12:00	Подготовительная группа «Родничок» (на улице)
	15:50 – 16:00	1 младшая группа «Смешарики»
*		
Пятница	9:10 – 9:30	Средняя группа «Солнышко»
	9:50 – 10:20	Подготовительная группа «Звёздочка»

Взаимодействие руководителя по физической культуре со всеми специалистами детского сада

- С заведующим, – создает условия для физкультурно-оздоровительной работы, координируют работу педагогов.
- С медицинской сестрой – участвует в проведении лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий.
- С воспитателем – способствует обеспечению гибкого оздоровительного режима, формированию привычки здорового образа жизни, развитию двигательной культуры, профилактики заболеваний.
- С музыкальным руководителем – участвует в двигательном развитии детей, способствует развитию чувства ритма, темпа, речевого дыхания, координации движений.
- С учителем-логопедом – способствует обогащению словарного запаса, формированию лексико-грамматического строя речи, постановке правильного дыхания, общей и мелкой моторики, координации движений.
- С педагогом-психологом – способствует развитию эмоционально-волевой сферы дошкольников, познавательных процессов
- С младшим воспитателем – способствует соблюдению санитарно-гигиенических требований.

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды физкультурного зала.

Среда развития ребенка – это пространство его жизнедеятельности. Это те условия, в которых протекает его жизнь в дошкольном учреждении. Эти условия следует рассматривать как фундамент, на котором закладывается строительство личности ребенка.

Развивающая предметная среда – это система материальных объектов деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития. Она должна объективно – через свое содержание и свойства – создавать условия для творческой деятельности каждого ребенка, служить целям актуального физического и психического развития и совершенствования, обеспечивать зону ближайшего развития и его перспективу.

Окружающая ребенка среда должна обеспечивать ему физическое, умственное, эстетическое, нравственное, т.е. разностороннее развитие и воспитание.

Для полноценного физического развития детей, удовлетворении потребности в движении в дошкольном учреждении должны быть созданы определенные условия. В групповых комнатах выделено достаточно места для активного движения, физкультурные уголки наполнены разнообразными пособиями в том числе и изготовленные своими руками. Должны быть оборудованы спортивные залы и площадки на улице с различным спортивным инвентарем. Так, в группе должно быть выделено достаточно места для активного движения, физкультурных пособий, спортивных комплексов и тренажеров. Всё это повышает интерес детей к

физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий, позволяет упражняться во всех видах основных движений в помещении. Оборудована спортивная площадка со спортивными снарядами.

Все это повышает интерес к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий. Особое значение в воспитании здорового ребенка придается развитию движений и физической культуры детей на физкультурных занятиях. Поэтому необходимо использовать разнообразные варианты проведения физических занятий: традиционные занятия, занятия-соревнования, занятия с играми разной подвижности, занятия с элементами танцевальных движений, занятия серии «здоровье». Проводить занятия в тренажерном зале. Где детям прививаются навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи. Но нельзя лишать ребенка естественной активности, загоняя ее лишь в рамки специальных физкультурных занятий. Необходимо развивать двигательную активность детей на прогулке, в играх используя возможности оборудования на участке детского сада и во всех других видах детской деятельности.

Материально-техническое обеспечение

В детском саду созданы все условия для физического развития детей, как в спортивном зале, так и на спортивной площадке:

1. Скакалка (красная 2,4х4 мм – 23 шт; короткая – 13 шт; длинная х5 мм – 4 шт) – 40 шт.
2. Гантели (25 пар) – 50 шт.
3. Мячи (маленькие д. 10 – 25 шт; средние д. 20 – 10 шт; большие д. 25 – 25 шт) шт.; баскетбольные- 10 шт, волейбольные- 2 шт)- 72 шт.
4. Щит баскетбольный – 2 шт.
5. Гимнастическая палка (дл. – 80 см) – 23 шт.
6. Обруч (д. – 80см; д. – 65см) – 27 шт.
7. Лесенка-балансир д. – 2 м., ш. – 60 см – 2 шт.
8. Барьер – 2 шт (по 4 элем. 25-30-40-50 см.).
9. Конусы сигнальные (желтые большие 30 см – 4 шт; цветные маленькие 20 см – 8 шт) – 12 шт.
10. Стойка для прыжков в высоту- 1шт.
11. Стенка шведская– 4 шт.
12. Стойка для метания в цель – 2 шт.
13. Змейка-шагайка (1-5) – 2 шт.
14. Мат гимнастический голубой 200х100 см – 2 шт.
15. Доска ребристая– 2 шт.
16. Дуги для подлезания- 8шт.
17. Гимнастическая скамейка – 4 шт.
18. Канат 3 м – 1 шт.
19. Корзины для метания – 2 шт.
20. Бубен – 1 шт
21. Кольцеброс – 4 шт.

22. Массажный коврик - 1 шт.
23. Лента для ОРУ – 0 шт.
24. Ведерко детское пластм. – 3 шт.
25. Секундомер – 3 шт.
26. Мишень навесная – 2шт.
27. Доска наклонная – 1шт.
28. Мешочки для метания- 20 шт.
29. Массажные мячи – 5шт.
30. Косички – 25 шт.
31. Мяч набивной (медбол) – 1шт
32. Мяч прыгун- 4 шт.
33. Кегли- 15 шт
34. Ленточки короткие- 20 шт.
35. Флажки цветные – 25 шт.
36. Кубики полиэтиленовые- 40 шт.
37. Бадминтонные ракетки- 6 шт.
38. Теннисные ракетки – 4 шт.

Тренажерный зал:

1. Тренажеры:
 - «Тяга блока сидя» - 1 шт.
 - «Тяга блока сверху» – 1 шт.
 - «Грудь- машина» - 1 шт.
 - «Сгибание ног» - 1 шт.
 - «Сведение ног» - 1 шт.
 - «Велотренажер» - 2 шт.
2. Диск обрезиненный: 1,25 кг-10 шт, 2,5 кг-10 шт.

Примерный план физкультурных досугов, развлечений и праздников

Таблица 4

месяц	Группы	Форма проведения
сентябрь	1-я младшая группа 2-я младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная гр.	Развлечение «Мой веселый звонкий мяч» Развлечение «В осеннем лесу» Оздоровительный досуг «Осеннее путешествие на поезде» Геокешинг
октябрь	1-я младшая группа 2-я младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная гр.	Оздоровительный досуг «Осенние забавы» Спортивное развлечение Оздоровительный досуг Вечер народных подвижных игр
ноябрь	1-я младшая группа 2-я младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная гр.	Развлечение «Путешествие в зоопарк» Оздоровительный досуг «Секрет здоровья Спортивное развлечение «Мама милую люблю, быть здоровой помогу».
декабрь	1-я младшая группа 2-я младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная гр.	Спортивный Новый год Спортивный Новый год Спортивный Новый год Спортивный Новый год Спортивный Новый год
январь	1-я младшая группа 2-я младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная гр.	Неделя здоровья .Квест-игра «В поисках лучиков здоровья» Зимний спортивный праздник на улице
февраль	1-я младшая группа 2-я младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная гр.	Развлечение «Мы солдаты- brave ребята» Развлечение «Военные учения» Спортивное развлечение «Наша армия сильна» Спортивная квест-игра с папами «Школа разведчиков»

март	1-я младшая группа 2-я младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная гр.	Оздоровительный досуг «Весна-красна» Развлечение «Встречаем весну» Ярмарка народных игр Весенние эстафеты
апрель	1-я младшая группа 2-я младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная гр.	Развлечение «Путешествия в космос» Оздоровительный досуг <i>Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»</i> Оздоровительный досуг «Один день из жизни космонавтов»
май	1-я младшая группа 2-я младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная гр.	Оздоровительный досуг «Путешествие по сказкам» Развлечение Спортивное развлечение ко Дню Победы Спортивное развлечение ко Дню Победы
июнь	1-я младшая группа 2-я младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная гр.	Развлечение «Встречаем лето» Оздоровительный досуг <i>Спортивный праздник «Летние олимпийские игры в детском саду»</i>

Темы и содержание спортивных праздников и развлечений, досугов и других спортивных мероприятий планируются в тесном взаимодействии с воспитателями в соответствии с темами групповых проектов.

Информационно-методическое обеспечение программы

№ п/п	Образовательные области по ФГОС	Группа /возраст
1.	Физическое развитие	3-7 лет
Общеобразовательные программы		
Основные		Дополнительные
«Мир открытий»: комплексная основная общеобразовательная программа дошкольного образования Научный руководитель Л.Г.Петерсон И.А. Лыкова		Программа «Здоровый ребенок»
Педагогические методики и технологии		
<p>Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования // Приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17 октября 2013 года (вступил в силу 01 января 2014 года).</p> <p>Федеральный государственный образовательный стандарт Малоподвижные игры и игровые упражнения (3-7 лет). Борисова М. М.</p> <p>Федеральный государственный образовательный стандарт Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет. Пензулаева Л. И.</p> <p>Федеральный государственный образовательный стандарт Сборник подвижных игр (2-7 лет). Степаненкова Э. Я.</p> <p>Ноткина Н. А. и др. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста. — СПб., 2003.</p> <p>Глазырина Л.Д. Физическая культура в младшей группе детского сада.</p> <p>Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет.</p> <p>Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений.</p> <p>Синкевич Е.А., Большева Т.В. Физкультура для малышей. Методическое пособие для воспитателей.</p> <p>Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 6-7 лет. Конспекты нетрадиционных занятий и развлечений в спортивном зале: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре.</p> <p>Шебеко В.Н. Физкультурные праздники в детском саду: Творчество в двигательной деятельности дошкольника: Книга для воспитателей детского сада.</p> <p>Ноткина Н. А., Казьмина Л. И., Бойкович Н. Н. Оценка физического и нервно- психического развития детей дошкольного возраста. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2006.</p> <p>Кириллова Ю. А. Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей с 6 до 7 лет. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008.</p>		

Планирование во второй младшей группе.

СЕНТЯБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Образовательная : П р и у ч а т ь детей ходить и бегать небольшими группами за воспитателем. У ч и т ь ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие.</p> <p>Оздоровительная: укрепление здоровья</p> <p>Воспитательная: формировать интерес к физическим упражнениям ходьба и бег небольшими группами за воспитателем У ч и т ь ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие. «Бегите ко мне» спокойная ходьба Упражнения на дыхание</p>	<p>Образовательная : У ч и т ь : ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем; подпрыгивать на двух ногах на месте.</p> <p>Оздоровительная: укрепление здоровья</p> <p>Воспитательная: формировать интерес к физическим упражнениям с флажками</p> <p>Прыжки на двух ногах на месте «Догони меня» «Найди мяч» Упражнения на дыхание</p>	<p>Физическая культура: развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному; энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение энергично отталкивать мячи двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой».</p> <p>Здоровье: создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений</p> <p>Социализация: способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p> <p>Безопасность: продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль.</p> <p>Коммуникация: помогать детям доброжелательно общаться друг с другом</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному; энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение энергично отталкивать мячи двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой».</p> <p>Здоровье: создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений</p> <p>Социализация: способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p> <p>Безопасность: продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль.</p> <p>Коммуникация: помогать детям доброжелательно общаться друг с другом</p>
<p>Образовательная : О з н а к о м и т ь детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами. У ч и т ь энергично отталкивать мяч двумя руками.</p> <p>Оздоровительная: укрепление здоровья</p> <p>Воспитательная: формировать интерес к физическим упражнениям ходьба и бег в колонне небольшими группами с мячом. У ч и т ь энергично отталкивать мяч двумя руками. «Мой веселый, звонкий мяч», Спокойная ходьба Упражнения на дыхание</p>	<p>Образовательная : У ч и т ь : ходить и бегать колонной по одному всем составом группы; подлезать под шнур.</p> <p>Оздоровительная: укрепление здоровья</p> <p>Воспитательная: формировать интерес к физическим упражнениям ходьба и бег колонной по одному всем составом группы с обручем</p> <p>Учить подлезать под шнур «Найди свой домик» «Найди зайку» Упражнения на дыхание</p>	

Планирование во второй младшей группе.

ОКТЯБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Учить : - ходить и бегать по кругу; - сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Подвижная игра «Поезд», Малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»</p>	<p>У ч и т ь : - вовремя ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; - при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мячей. Подвижная игра «У медведя во бору»</p>	<p>Физическая культура: развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки лазанья, ползания, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании. Здоровье: воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей. Социализация: развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика. Безопасность: учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, двумя ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании. Здоровье: воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей. Социализация: развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика. Безопасность: учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила</p>
<p>Учить : - останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; - подлезать под шнур. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади. Подвижная игра «Бежать к флажку» Малоподвижная игра «Угадай, чей голосок?»</p>	<p>Закреплять умение ходить и бегать по кругу. Учить энергичному отталкиванию мяча при прокатывании друг другу. Упражнять в ползании на четвереньках. Подвижная игра «Мыши в кладовой»</p>	

Планирование во второй младшей группе.

НОЯБРЬ

НОЯБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять в ходьбе и беге. Учить - сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; - мягко приземляться в прыжках. Подвижная игра «Мыши в кладовой» Малоподвижная игра «Где спрятался мышонок?»</p>	<p>Упражнять: - в ходьбе колонной по одному; - прыжках из обруча в обруч. Учить приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча. Подвижная игра «Трамвай»</p>	<p>Физическая культура: 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. Здоровье: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. Социализация: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Коммуникация: помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: 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. Здоровье: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. Социализация: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Коммуникация: помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
<p>Упражнять: - в ходьбе колонной по одному; - ловить мяч, брошенный воспитателем, и бросать его назад; - ползать на четвереньках</p>	<p>Закреплять умение подлезать под дугу на четвереньках. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади. Подвижная игра «Найди свой домик»</p>	

Планирование во второй младшей группе.

ДЕКАБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>У ч и т ь : - ходить и бегать врассыпную, используя всю площадь зала; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги. Подвижная игра «Наседка и цыплята» Малоподвижная игра «Лошадки»</p>	<p>Учить: - ходить и бегать по кругу; - мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча. Подвижная игра«Поезд»</p>	<p>Физическая культура:упражнять в ходьбе и беге по кругу, врассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие. Здоровье:дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Социализация:постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видовдвижений, поощрять Попытки пожалеть сверстника, обнятьего, помочь. Безопасность:продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура:упражнять в ходьбе и беге по кругу, врассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие. Здоровье:дать представление отом, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, детском саду. Коммуникация:развивать диалогическую форму речи укрепляющими различные органы и системы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Социализация:постепенно вводить игры с более сложными правиламии сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнятьего, помочь. Безопасность:продолжать знакомить детей с элементарными правилам и поведения в детском саду. Коммуникация:развивать диалогическую форму речи.</p>
<p>Учить: - ходить и бегать врассыпную; - катать мяч другдругу, выдерживая направление; - подползать под дугу. Подвижная игра «Птички и птенчики»</p>	<p>У ч и т ь: - ходить и бегать по кругу; - подлезать под шнур, не касаясь руками; - сохранять равновесие при ходьбе по доске. Подвижная игра«Воробышки и кот». Малоподвижная игра «Каравай»</p>	

Планирование во второй младшей группе.

ЯНВАРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Познакомить : - с перестроением и ходьбой парами; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске. Упражнять в прыжках, продвигаясь вперед. Подвижная игра «Кролики»</p>	<p>У ч и т ь : - ходить и бегать враспынную при спрыгивании; - мягкому приземлению на полусогнутые ноги; - прокатывать мяч вокруг предмета. Подвижные игры «Трамвай», «Мой веселый, звонкий мяч», «Угадай, кто кричит?»</p>	<p>Физическая культура: формировать умение ходить по два (парами), враспынную, по наклонной доске, сохраняя равновесие, закреплять умение ползать, подлезать под препятствие, катать мяч. Здоровье: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Социализация: поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами, развивающие ловкость движений. Безопасность: продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль. Коммуникация: развивать инициативную речь детей во взаимодействиях со взрослыми и другими детьми</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: формировать умение ходить по два (парами), враспынную, по наклонной доске, сохраняя равновесие, закреплять умение ползать, подлезать под препятствие, катать мяч. Здоровье: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Социализация: поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами, развивающие ловкость движений. Безопасность: продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль. Коммуникация: развивать инициативную речь детей во взаимодействиях со взрослыми и другими детьми</p>
<p>Упражнять : - входить парами и бежать враспынную; - прокатывать мяч друг другу; - подлезать под дугу, не касаясь руками пола. Подвижная игра «Найди свой цвет»</p>	<p>Упражнять: - входить и бежать враспынную по сигналу воспитателя; - подлезать под шнур, не касаясь руками пола. Формировать правильную осанку при ходьбе по доске. Подвижная игра «Мышки в кладовой»</p>	

Планирование во второй младшей группе.

ФЕВРАЛЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге враспынную; - прыжках из обруча в обруч. Учить ходить переменными шагами через шнур. Подвижная игра «Птички в гнездышке»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания; - прокатывании мяча друг другу. Учить приземляться</p>	<p>Физическая культура: развивать навыки ходьбы и бега враспынную, колонной по одному, с выполнением заданий, перешагиванием через предметы; навыки лазанья и ползания; развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках, развивать ловкость, выразительность и красоту движений. Здоровье: воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей. Социализация: развивать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Коммуникация: формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: развивать навыки ходьбы и бега враспынную, колонной по одному, с выполнением заданий, перешагиванием через предметы; навыки лазанья и ползания; развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках, развивать ловкость, выразительность и красоту движений. Здоровье: воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей. Социализация: развивать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Коммуникация: формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого</p>
<p>Упражнять : - в ходьбе переменным шагом через шнуры; - беге враспынную; - бросать мяч через шнур; - подлезать под шнуром, не касаясь руками пола. Подвижная игра «Найди свой цвет» Малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»</p>	<p>Упражнять: - в ходьбе колонной по одному, выполняя задания; - беге враспынную; - пролезать в обруч, не касаясь руками пола; - сохранять равновесие при ходьбе по доске. Подвижная игра «Кролики»</p>	

Планирование во второй младшей группе.

МАРТ

МАРТ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Учить: - ходить и бегать по кругу; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади; - мягко приземляться в прыжках с продвижением вперед</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге парами и беге врассыпную. Познакомить с прыжками в длину с места. Учить прокатывать мяч между предметами</p>	<p>Физическая культура: развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с продвижением вперед, принимать правильное исходное положение в прыжках в длину, обучать хвату за перекладину вовремя лазанья, упражнять в ходьбе и беге парами, по кругу, врассыпную, по доске, с перешагиванием через предметы. Здоровье: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Социализация: развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, формировать первичные тендерные представления. Коммуникация: формировать потребность делиться своими впечатлениями с воспитателями и родителями</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с продвижением вперед, принимать правильное исходное положение в прыжках в длину, обучать хвату за перекладину во время лазанья, упражнять в ходьбе и беге парами, по кругу врассыпную, по доске, с перешагиванием через предметы. Здоровье: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Социализация: развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, формировать первичные тендерные представления. Коммуникация: формировать потребность делиться своими впечатлениями с воспитателями и родителями</p>
<p>Упражнять : - в ходьбе и беге по кругу; - ползании по скамейке на ладонях и коленях. Учить бросать мяч о землю и ловить двумя руками</p>	<p>Упражнять: - в ходьбе парами; - беге врассыпную; - ходьбе с перешагиванием через брусок. Учить правильному хвату руками за рейки при влезании на наклонную лестницу</p>	

Планирование во второй младшей группе.

АПРЕЛЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять : - в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; - в прыжках в длину с места.</p> <p>Подвижная игра «Курочка-хохлатка»</p> <p>Малоподвижная игра «Где цыпленок?»</p>	<p>Упражнять : - ходить колонной по одному; - бегать врассыпную; - в прыжках с места.</p> <p>Продолжать учить приземляться одновременно на обе ноги, упражнять в бросании мяча об пол.</p> <p>Подвижная игра «Найди свой цвет»</p> <p>Малоподвижная игра «Пройди тихо»</p>	<p>Физическая культура: формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии; развивать умение правильно приземляться в прыжках; закреплять умение энергично отталкивать мячи при бросании, ловить мяч двумя руками одновременно; закреплять умение ползать.</p> <p>Здоровье: формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.</p> <p>Социализация: постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, формировать уважительное отношение к окружающим.</p> <p>Коммуникация: на основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей.</p> <p>Безопасность: продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии; развивать умение правильно приземляться в прыжках; закреплять умение энергично отталкивать мячи при бросании, ловить мяч двумя руками одновременно; закреплять умение ползать.</p> <p>Здоровье: формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.</p> <p>Социализация: постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, формировать уважительное отношение к окружающим.</p> <p>Коммуникация: на основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей.</p> <p>Безопасность: продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль</p>
<p>Упражнять : - ходить и бегать врассыпную; - бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; - ползать по доске.</p> <p>Подвижная игра «Мыши в кладовой»</p> <p>Малоподвижная игра «Где спрятался мышонок?»</p>	<p>Упражнять : - в ходьбе и беге колонной по одному; - влезать на наклонную лесенку; - в ходьбе по доске, формируя правильную осанку.</p> <p>Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»</p>	

МАЙ

МАЙ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять : - ходить и бегать по кругу; -сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; - в перепрыгивании через шнур.</p> <p>Подвижная игра «Мыши в кладовой»</p> <p>Малоподвижная игра «Найди цыпленка»</p>	<p>Упражнять : - ходить и бегать врассыпную; - в подбрасывании мяча; - в приземлении на носочки в прыжках в длину с места.</p> <p>Подвижная игра «Огуречик, огуречик»</p> <p>Малоподвижная игра «Угадай, кто позвал»</p>	<p>Физическая культура: закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, врассыпную, 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>Здоровье: воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей, формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p>Социализация: развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика.</p> <p>Коммуникация: развивать диалогическую форму речи.</p> <p>Безопасность: не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомое человека</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, врассыпную, 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>Здоровье: воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей, формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p>Социализация: развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика.</p> <p>Коммуникация: развивать диалогическую форму речи.</p> <p>Безопасность: не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомое человека</p>
<p>Упражнять :</p> <p>- ходить колонной по одному, выполняя задания по сигналу;</p> <p>- бегать врассыпную;</p> <p>Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его</p>	<p>Упражнять :</p> <p>- в ходьбе, отрабатывая переменный шаг и координацию движений, и беге врассыпную; - в равновесии.</p> <p>Закреплять умение влезать на наклонную лесенку, не пропуская реек.</p> <p>Подвижная игра «Найди свой цвет»</p> <p>Малоподвижная игра «Каравай»</p>	

Планирование в средней группе.

СЕНТЯБРЬ

СЕНТЯБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по 1;</p> <p>Учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании 2-мя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.</p> <p>Подвижная игра «Найди себе пару»</p>	<p>У ч и т ь: – Энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх;</p> <p>Упражнять в прокатывании мяча</p> <p>Подвижная игра «Самолеты», «Найди себе пару»</p>	<p>Физическая культура: развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, сохраняя перекрестную координацию рук и ног; энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение энергично отталкивать мячи двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой».</p> <p>Здоровье: создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, сохраняя перекрестную координацию рук и ног; энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение энергично отталкивать мячи двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой».</p> <p>Здоровье: создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений.</p>
<p>Упражнять детей в ходьбе в колонне по 1, в беге врассыпную;</p> <p>В прокатывании мяча, лазанье под шнур.</p> <p>Упражнять в ходьбе в обход предметов;</p> <p>повторить подбрасывание и ловлю мяча 2-мя руками; упражнять в прыжках.</p> <p>Подвижная игра «Огуречик»</p>	<p>У ч и т ь: -детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы;</p> <p>-закреплять умение группироваться при лазанье под шнур;</p> <p>– подлезать под шнур.</p> <p>Подвижная игра «У медведя во бору»</p> <p>-разучить перебрасывание мячей друг другу;</p> <p>Упражнять в прыжках.</p> <p>Игровые упражнения: -«перебрось-поймай», -«успей поймать», -«вдоль дорожки»</p> <p>Подвижная игра «Огуречик»</p>	

Планирование в средней группе.

ОКТАБРЬ

ОКТАБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Учить: – сохранять устойчивое равновесие в ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в энергичном отталкивании и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. Подвижная игра «Кот и мыши», упражнять в перебрасывании мяча через сетку Игровые упражнения: «Мяч через шнур», «Кто быстрее доберется до кегли» Подвижная игра «Найди свой цвет»</p>	<p>Учить: – находить свое место в шеренге после ходьбы и бега. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. Закреплять умение прокатывать мяч друг другу. Подвижная игра «Автомобили», - упражнять в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Подбрось-поймай», Подвижная игра «Ловишки»</p>	<p>Физическая культура: развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки лазанья, ползания, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании. Здоровье: развитие умения заботиться о своем здоровье. Социализация: приучение детей к самостоятельному выполнению правил в подвижных играх. Труд: побуждать детей к уборке спортивного инвентаря и расстановке при проведении занятия. Безопасность: развитие наблюдательности, умения ориентироваться в помещении и на участке детского сада.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки лазанья, ползания, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании. Здоровье: развитие умения заботиться о своем здоровье. Социализация: приучение детей к самостоятельному выполнению правил в подвижных играх. Труд: побуждать детей к уборке спортивного инвентаря и расстановке при проведении занятия. Безопасность: развитие наблюдательности, умения ориентироваться в помещении и на участке детского сада.</p>
<p>У п р а ж н я т ь в ходьбе колонной по 1, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; - в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. Подвижная игра «У медведя во бору», малоподвижная игра «Угадай, где спрятано?» - упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед. Игровые упражнения «Прокати не урони», «Вдоль дорожки» Подвижная игра «Цветные автомобили»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге колонной по 1, в рассыпную; Повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. Подвижная игра «Кот и мыши» малоподвижная игра «Угадай, кто позвал?» - упражнять в бросании мяча в корзину, повторить ходьбу и бег колонной по 1. Игровые упражнения: - «Подбрось-поймай», «Мяч в корзину», «Кто скорее по дорожке», Подвижная игра «Лошадки»</p>	

Планирование в средней группе

НОЯБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять: в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на 2 ногах, Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Подвижная игра «Салки», <i>малоподвижная игра</i> «Найди и промолчи», - упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; - ходьбе и беге «змейкой» между предметами, - в сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. Игровые упражнения: «Не попадись», «Поймай мяч» <i>Подвижная игра</i> «Кролики»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге по кругу, – на носках, - в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, - в прокатывании мяча. Подвижная игра «Самолеты», «Найди себе пару» повторить ходьбу с выполнением заданий, бег с перешагиванием. Игровые упражнения; «Не попадись», «Догони мяч», Подвижная игра «Найди себе пару»</p>	<p>Физическая культура: развивать умение выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног, бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком; развивать умение энергично отталкиваться и приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Здоровье: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма; Развивать умение заботиться о своем здоровье. Социализация: развитие у дошкольников интереса к различным видам игр, побуждение к активной деятельности. Труд: Совершенствовать умение самостоятельно одеваться и раздеваться (деятельность – физическая культура), аккуратно складывать свою одежду, помогать в расстановке и уборке спортивного инвентаря. Социализация: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Коммуникация: помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: развивать умение выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног, бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком; развивать умение энергично отталкиваться и приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Здоровье: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма; Развивать умение заботиться о своем здоровье. Социализация: развитие у дошкольников интереса к различным видам игр, побуждение к активной деятельности. Труд: Совершенствовать умение самостоятельно одеваться и раздеваться (деятельность – физическая культура), аккуратно складывать свою одежду, помогать в расстановке и уборке спортивного инвентаря. Социализация: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Коммуникация: помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
<p>Упражнять: – в ходьбе и беге с изменением направления, - бросках мяча о землю и ловля его 2-мя руками, - ползание на четвереньках. Подвижная игра «Лиса и куры» - упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; - в прыжках и беге с ускорением. Игровые упражнения «Не задень», «Передай мяч» «Догони пару»</p>	<p>Упражнять: - в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, - в ползании на животе по гимнастической скамейке - упражнять в ходьбе и беге по кругу, - в прыжках. Подвижная игра «Цветные автомобили» Игровые упражнения: «Пингвины», «Кто дальше бросит» Подвижная игра «Самолеты»</p>	

Планирование в средней группе

ДЕКАБРЬ

ДЕКАБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Развивать внимание при выполнении заданий в ходьбе и беге;</p> <p>-ловкость и координацию движений в прыжках через препятствия.</p> <p>Упражнять</p> <p>- в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p>Подвижная игра «Лиса и курь», малоподвижная игра «Найдем цыпленка» -упражнять в ходьбе и беге между предметами.</p> <p>Игровые упражнения: «Веселые снежинки», «Кто быстрее к пирамиде», «Кто дальше бросит?»</p>	<p style="text-align: center;">У п р а ж н я т ь</p> <p>- в перестроение в пары на месте, - в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги,</p> <p>Развивать</p> <p>- глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.</p> <p>Подвижная игра «У медведя во бору» - упражнять в ходьбе и беге, высоко поднимая колени, в прыжках со скамейки.</p> <p>Игровые упражнения: «Лошадки», «Цыплята прыгают с заборчика»</p> <p>Подвижная игра «Найди пару»</p>	<p>Физическая культура: упражнять в ходьбе и беге по кругу, в рассыпную, в катании мяча между предметами, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, Здоровье: формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при ушибах, травме.</p> <p>Социализация: формирование в процессе игры соблюдать правила культурного поведения. Развивать умение подбирать предметы и атрибуты для игры.</p> <p>Труд: продолжать формировать стремление помогать воспитателю в расстановке и уборке спортивного инвентаря.</p> <p>Познание: развитие пространственных направлений – двигаться по заданию воспитателя.</p> <p>Коммуникация: формирование умения доброжелательно общаться со сверстниками.</p> <p>Музыка: развитие умение выполнять ходьбу и бег в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p>Упражнять</p> <p>- в ходьбе колонной по 1,</p> <p>Развивать</p> <p>-ловкость и глазомер при перебрасывании мячей друг другу,</p> <p>Повторить ползание на четвереньках.</p> <p>Подвижная игра «Зайцы и волк», Малоподвижная игра «Где спрятался зайка» повторить ходьбу и бег между предметами, прыжки через бруски на 2 ногах (выс 6 см), броски мяча вверх одной рукой и ловля его 2-мя руками.</p> <p>Игровые упражнения: «Через кочки», «Подбрось-поймай», подвижная игра «Птички и кошка»</p>	<p>Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге;</p> <p>Учить</p> <p>-правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе,</p> <p>Повторить упражнения в равновесии.</p> <p>Подвижная игра «Птички и кошка» упражнять в прокатывании мяча по дорожке между предметами, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, в равновесии-ходьба боком приставным шагом по гимнастической скамейке.</p> <p>Подвижная игра «Автомобили» Игра малой подвижности «Найди и промолчи»</p>	

Планирование в средней группе

ЯНВАРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, в равновесии при ходьбе на уменьшенной площади опоры, в прыжках.</p> <p>Подвижная игра «Кролики» Игра малой подвижности «Найдем кролика» -упражнять в пролезание в обруч, не касаясь руками пола, в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке парами навстречу друг другу – по середине разойтись, помогая друг другу, в прыжках из кружка в кружок</p> <p>Подвижная игра «Лошадки»</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе со сменой ведущего, В прыжках и перебрасывании мячей друг другу.</p> <p>Подвижная игра « Найди себе пару» - упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, прокатывании мячей друг другу.</p> <p>Подвижная игра «Зайцы и волк»</p>	<p>Физическая культура: развитие двигательной активности в играх с мячами, обручами. Здоровье: организация и проведение различных подвижных игр, воспитание опрятности и привычки следить за своим внешним видом, расширение представлений о важности для здоровья различных физических движений и упражнений. Социализация: продолжать приучать детей к самостоятельному выполнению правил в играх. Продолжать формирование доброжелательных взаимоотношений между детьми во время выполнения игровых упражнений; воспитание быть справедливым в играх, играх- соревнованиях смелым, сильным. Труд: поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Безопасность: продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. Познание: развитие умение определять пространственные направления – вперед-назад, влево-вправо, вверх-вниз. Музыка: развивать умение выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. Коммуникация: развитие свободного общения со взрослыми и детьми.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: развитие двигательной активности в играх с мячами, обручами. Здоровье: организация и проведение различных подвижных игр, воспитание опрятности и привычки следить за своим внешним видом, расширение представлений о важности для здоровья различных физических движений и упражнений. Социализация: продолжать приучать детей к самостоятельному выполнению правил в играх. Продолжать формирование доброжелательных взаимоотношений между детьми во время выполнения игровых упражнений; воспитание быть справедливым в играх, играх-соревнованиях, смелым, сильным. Труд: поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Безопасность: продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. Познание: развитие умение определять пространственные направления – вперед-назад, влево-вправо, вверх-вниз. Музыка: развивать умение выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. Коммуникация: развитие свободного общения со взрослыми и детьми.</p>
<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p> <p>Подвижная игра « Лошадки» * - упражнять в прыжках между предметами, в прокатывании мячей между предметами, в бросании мяча вверх и о землю и ловля его 2-мя руками.</p> <p>Подвижная игра «Цветные автомобили»</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен, в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке.</p> <p>Подвижная игра «Автомобили» * - упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «Медвежата», в отбивании мяча о пол и ловля его 2-мя руками.</p> <p>Подвижная игра «Кот и мыши»</p>	

Планирование в средней группе

ФЕВРАЛЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами, равновесии, прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Котята и щенята»упражнять в лазании под рейку (выс. 40 смот пола) прямо и боком, в прыжках на 2 ногах с продвижением вперед между предметами (3 м) <i>Подвижная игра</i> «Самолеты»</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя, в прыжках из обруча в обруч, <i>Развивать</i> ловкость при прокатывании мяча между предметами. <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору», - повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Игровые упражнения «Покружись», Кто дальше бросит» Подвижная игра «У медведя во бору»</p>	<p>Физическая культура: закреплять умение бросать и ловить мяч 2-мя руками, не прижимая к себе; закреплять умение энергично отталкиваться и приземляться на полусогнутые ноги в прыжках, ползать, перелезть, подлезать через предметы, между предметами. Здоровье: продолжать работу по укреплению здоровья детей. Социализация: совершенствовать умение объединяться в игре, поступать в соответствии с правилами игры. Труд: поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Безопасность: продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. Коммуникация: совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. Музыка: выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	<p>Физическая культура: закреплять умение бросать и ловить мяч 2-мя руками, не прижимая к себе; закреплять умение энергично отталкиваться и приземляться на полусогнутые ноги в прыжках, ползать, перелезть, подлезать через предметы, между предметами. Здоровье: продолжать работу по укреплению здоровья детей. Социализация: совершенствовать умение объединяться в игре, поступать в соответствии с правилами игры. Труд: поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Безопасность: продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. Коммуникация: совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. Музыка: выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.</p>
<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге в рассыпную между предметами, в ловле мяча 2-мя руками, в ползании на четвереньках <i>Подвижная игра</i> «Воробушки и автомобиль» упражнять в метании на дальность. Игровые упражнения: «Кто дальше бросит», «Найдем снегурочку», Подвижная игра «Мороз-Красный Нос»</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе с изменением направления движения, в ползании в прямом направлении, прыжках между предметами. <i>Подвижная игра</i> «Перелет птиц»- развивать ловкость и глазомер при метании мешочков. Игровые упражнения «Точно в цель»,«Туннель», <i>Подвижная игра</i>«Мороз – Красный Нос» <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем зайку»</p>	

Планирование в средней группе

МАРТ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную, В равновесии и прыжках. Подвижная игра «Перелет птиц» развивать ловкость и глазомер, упражнять в беге; Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя. Игровые упражнения: «Ловишки», «Быстрые и ловкие», «сбей кеглю» Подвижная игра «Зайка беленький» Игра малой подвижности</p>	<p>Упражнять - в ходьбе с выполнением заданий воспитателя по команде, - в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку. Подвижная игра «Бездомный заяц» - упражнять в ходьбе и беге по кругу, - с выполнением задания, в ползании на животе по гимнастической скамейке. Повторить- прокатывание мяча между предметами. Игровые упражнения «Подбрось-поймай», «Прокати- не задень» Подвижная игра «Лошадка» Малоподвижная «Угадай кто кричит»</p>	<p>Физическая культура: развивать умение выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног; формировать умение выполнять действия по сигналу; закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках, ориентироваться в пространстве. Здоровье: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, расширение представлений о важности для здоровья сна, движений. Социализация: продолжать развивать интерес к различным видам игр, формировать умение соблюдать правила культурного поведения в играх. Безопасность: развивать умение ориентироваться в зале; Труд: продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Познание: продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных. Коммуникация: продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности. Музыка: совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
<p style="text-align: center;">Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6</p> <p>У п р а ж н я т ь : – в ходьбе и беге по кругу – с выполнением задания, в прокатывании мяча между предметами, в ползании на животе по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Самолеты». -упражнять детей в беге на выносливость, - в ходьбе и беге между предметами, -в прыжках на одной ноге попеременно. Игровые упражнения: «На одной ножке вдоль дорожки», «Брось через веревочку» Подвижная игра «Самолеты»</p>	<p style="text-align: center;">Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8</p> <p>У п р а ж н я т ь : - в ходьбе и беге врассыпную, -с остановкой по сигналу воспитателя, -ползание по скамейке «по-медвежьи», - в равновесии и прыжках. Подвижная игра «Охотник и зайцы» Малоподвижная игра «Найдем зайку» - упражнять в ходьбе попеременно широким и коротким шагом, - с мячом, - в равновесии и в прыжках. Игровые упражнения: «Перепрыгни через ручеек», «Бег по дорожке», «Ловкие ребята»</p>	

Планирование в средней группе

АПРЕЛЬ

АПРЕЛЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять</p> <ul style="list-style-type: none"> - в ходьбе и беге колонной по по-одному, в рассыпную; - в равновесии и в прыжках. <p>Подвижная игра «Пробеги тихо».</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне, - в прокатывании обручей, - в упражнениях с мячами. <p>Игровые упражнения: «Прокати и поймай», «Сбей булаву»</p> <p>Подвижная игра «У медведя во бору».</p>	<p>Упражнять</p> <ul style="list-style-type: none"> - в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, - в рассыпную, <p>В метании мешочков в горизонтальную цель, в умении занимать правильное и.п. в прыжках в длину с места.</p> <p>Подвижная игра «Совушка».</p> <ul style="list-style-type: none"> - повторить ходьбу и бег; <p>Упражнения в прыжках и подлезании.</p> <p>Игровые упражнения: «По дорожке», «Не задень»</p> <p>Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»</p> <p>Малоподвижная игра «Найдем воробушка».</p>	<p>Физическая культура: продолжать формировать умение выполнять действия по сигналу воспитателя; формирование умения правильного выполнения движений; закрепления умения выполнять ведущую роль в подвижной игре, во всех формах двигательной деятельности</p> <p>Развитие у детей организованности, самостоятельности, инициативности, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.</p> <p>Здоровье: развивать умение заботиться о своем здоровье, воспитание потребности быть здоровым. Знакомство с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.</p> <p>Социализация: поддерживать интерес к различным видам игр, к самостоятельному выполнению правил в играх, развитие творческих способностей в играх.</p> <p>Безопасность: продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.</p> <p>Музыка: упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в ходьбе с выполнением задания по сигналу воспитателя, - в ползании на четвереньках. <p>Развивать</p> <ul style="list-style-type: none"> - ловкость и глазомер при метании на дальность. <p>Подвижная игра «Совушка»</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, - в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер. <p>Игровые упражнения: «Успей поймать», «Подбрось-поймай»,</p> <p>Подвижная игра «Догони пару».</p>	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в ходьбе и беге в рассыпную, - в равновесии и прыжках. <p>Подвижная игра «Птички и кошка»</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в ходьбе и беге между предметами, - в равновесии, - в перебрасывании мяча. <p>Игровые упражнения: «Пробеги – не задень», «Накинь кольцо», «Мяч через сетку»</p> <p>Подвижная игра «Догони пару».</p>	

Планирование в средней группе

МАЙ

МАЙ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять – в ходьбе парами, -в сохранении устойчивого равновесия по уменьшенной площади опоры, - в прыжках в длину с места. Подвижная игра «Котята щенята». - упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками, Игровые упражнения: «Достань до мяча»,«Перепрыгни через руческ», «Пробеги- не задень», Подвижная игра «Совушка»</p>	<p>Упражнять – повторить ходьбу со сменой ведущего, Упражнять - в прыжках в длину с места Развивать ловкость в упражнении с мячом. Подвижная игра «Котята и щенята» - упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя, -ходьбе и беге по кругу. Игровые упражнения: « Попади в корзину»,«Подбрось-поймай», Подвижная игра «Удочка»</p>	<p>Физическая культура: закреплять умение выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног; закреплять умение ползать, подлезать, перелезать через предметы; энергично отталкиваться двумя ногами и приземляться на полусогнутые ноги в прыжках; продолжать развивать психо-физические качества – силу, гибкость, выносливость; развитие и совершенствование двигательных умений и навыков детей. Здоровье: продолжать формировать представление о составляющих здорового образа жизни, о значении физических упражнений для организма человека. Социализация: продолжать развитие игровой деятельности детей, приобщение к элементарным нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми. Коммуникация: развивать диалогическую форму речи. Безопасность: развитие знаний о правилах безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p>У п р а ж н я т ь : -в ходьбе с высоким подниманием колена, - беге враспынную, в ползании по скамейке на животе, в метании предметов в вертикальную цель. Подвижная игра «Зайцы и волк», Малоподвижная игра «Найдем зайца» - упражнять детей в ходьбе и беге парами, закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. Игровые упражнения: «Не урони»,«Не задень»,«Бегом по дорожке» Подвижная игра «Пробеги тихо» Малоподвижная игра «Кто ушел?»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : – в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры прыжках, Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. Подвижная игра«У медведя во бору» - упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча, Повторить игры с мячом, прыжками и бегом. Игровые упражнения: «Подбрось- поймай»,«Кто быстрее по дорожке», Подвижная игра «Самолеты»</p>	

СЕНТЯБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять детей</p> <ul style="list-style-type: none"> - в ходьбе и беге колонной по 1; - в рассыпную, - в сохранении устойчивого равновесия, - в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча. <p><i>Подвижная игра «Мышеловка»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в построении в колонны, в равновесии и прыжках. <p>Игровые упражнения: «Пингвины», «Не промахнись», «По мостику», Подвижная игра «Ловишки»</p> <p><i>Малоподвижная игра «У кого мяч?»</i></p>	<p>Повторить ходьбу и бег между предметами;</p> <p>Упражнять</p> <ul style="list-style-type: none"> - в ходьбе на носках, Развивать координацию движений в прыжках в высоту (достать до предмета), - ловкость в бросках мяча вверх. <p><i>Подвижная игра «Фигуры»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - повторить ходьбу и бег между предметами, в рассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках. Развивать ловкость в беге; Разучить игровые упражнения с мячом. <p>Игровые упражнения:</p> <p>«Передай мяч», «Не задень»,</p> <p>Подвижная игра «Мы веселые ребята»</p> <p>Малоподвижная игра «Найди и промолчи»</p>	<p>Физическая культура: развитие физических качеств в разнообразных формах двигательной деятельности; формирование правильной осанки, умения осознанно выполнять движения.</p> <p>Здоровье: формировать привычку следить за опрятностью одежды, расширение представлений о составляющих здорового образа жизни (движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.</p> <p>Социализация: формирование умения согласовывать свои действия с действиями партнеров, соблюдать в игре ролевые взаимодействия и взаимоотношения; воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычки сообща заниматься.</p> <p>Труд: развивать умение доводить начатое до конца. Побуждать и поощрять за подготовку и уборку спортивного инвентаря.</p> <p>Познание: совершенствование глазомера в процессе непосредственно организованной деятельности.</p> <p>Коммуникация: развитие свободного общения со взрослыми и детьми.</p> <p>Музыка: развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.</p>
<p style="text-align: center;">Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6</p> <p>Упражнять</p> <ul style="list-style-type: none"> - в ходьбе с высоким подниманием колен, - в непрерывном беге до 1 мин, - в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, - в подбрасывании мяча вверх. <p>Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p><i>Подвижная игра «У дочка»</i></p>	<p>Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя,</p> <ul style="list-style-type: none"> - пролезание в обруч боком, не задевая его за край, <p>Повторить упражнения в равновесии и в прыжках.</p> <p><i>Подвижная игра «Мы веселые ребята»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять - в беге на длинную дистанцию, - в прыжках, <p>Повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер.</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>«Поймай мяч», «Будь ловким», «Найди свой цвет»</p>	

Планирование в старшей группе.

ОКТЯБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Образовательная: Упражнять: в ходьбе и беге. Учить: сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; мягко приземляться в прыжках Оздоровительная: Создавать условия для укрепления здоровья детей Воспитательная: Всестороннее развитие ребенка. Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением заданий без предметов. Ходьба по уменьшенной площади; 2 . Прыжки через канат«Мыши и кот»,<i>малоподвижная игра</i>«Где спрятался мышонок?» Упражнения на дыхание</p>	<p>Образовательная: Упражнять: в ходьбе колонной поодному;прыжках из обруча в обруч. Учить:приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча. Оздоровительная: Создавать условия для укрепления здоровья детей Воспитательная: Всестороннее развитие Ребенка. Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением заданий с мячом. Прокатывать мяч друг другу 2 . Прыжки через канат«По ровненькой дорожке». Спокойная ходьба упражнения на дыхание</p>	<p>Физическая культура: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. Здоровье:продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. Социализация:развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Коммуникация:помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p>Образовательная: Упражнять: в ходьбе колонной по одному; ловить мяч, брошенный воспитателем, и бросать его назад; ползать на четвереньках. Оздоровительная: Создавать условия для укрепления здоровья детей Воспитательная: Всестороннее развитие ребенка Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением заданий. С кубиками ловить мяч, Брошенный педагогом, и бросать его назад; ползать на четвереньках в прямом направлении«Бежать к флажку»<i>малоподвижная игра</i>«Где спрятался зайка?» Упражнения на дыхание</p>	<p>Образовательная: Закреплять умение подлезать под дугу на четвереньках. Упражнять: в ходьбе по уменьшенной площади. Оздоровительная: Создавать условия для укрепления здоровья детей Воспитательная: Всестороннее развитие ребенка. Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением заданий. С кубиком подлезать под дугу на четвереньках. Ходьба по доске «Найди свой круг» Спокойная ходьба Упражнения на дыхание</p>	

Планирование в старшей группе.

НОЯБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Повторить ходьбу с высоким подниманием колен, Упражнять в равновесии, перебрасывании мячей в шеренгах. Подвижная игра «Пожарные на учении» - повторить бег; Игровые упражнения с мячом, в равновесии, в прыжках. Игровые упражнения: «Мяч о стенку», «Поймай мяч», «Не задень», Подвижная игра «Мышеловка» Малоподвижная игра «Угадай, чей голосок»</p>	<p>Упражнять - в ходьбе с изменением направления движения, бег между предметами, Повторить прыжки попеременно на правой и на левой ноге с продвижением вперед, в ползании по гимнастической скамейке, в ведении мяча между предметами. Подвижная игра «Не оставайся на полу» повторить бег с перешагиванием через предметы Развивать - координацию движений, ловкость, Упражнять в беге. Игровые упражнения: «Мяч водящему», «По мостику», Подвижная игра «Ловишки с ленточками»</p>	<p>Физическая культура: развитие быстроты, силы, гибкости, выносливости; развитие глазомера. Здоровье: формировать умение характеризовать свое самочувствие в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Социализация: поощрять самостоятельную организацию детьми знакомых подвижных игр, участие в играх с элементами соревнований. Поощрение проявления честности, справедливости в играх. Безопасность: развитие стремления заботиться о своем здоровье, развивать умение прислушиваться к своему организму, соблюдать элементарные правила заботы о нем.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p>Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, - в беге между предметами, в равновесии, Повторить упражнения с мячом. Подвижная игра «Удочка». - упражнять в беге, развивая выносливость, - в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения прыжками и бегом. Игровые упражнения: «Перебрось и поймай», «Перепрыгни- не задень» «Ловишки парами» Малоподвижная игра «Летает- не летает»</p>	<p>Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя, Упражнять в равновесии и в прыжках. Подвижная игра «Пожарные на учении» Малоподвижная игра «У кого мяч?» - повторить бег с преодолением препятствий, Игровые упражнения: с прыжками, с бегом и мячом. Игровые упражнения: «Мяч о стенку» Подвижная игра «Ловишки-перебежки», «Удочка».</p>	

Планирование в старшей группе.

ДЕКАБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять - в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга, Разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия, Повторить - перебрасывание мяча. Подвижная игра «Ловишки с ленточками» Малоподвижная игра «Сделай фигуру» - разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, Упражнять в метании предметов на дальность. Игровые упражнения: «Кто дальше бросит?», «Не задень», Подвижная игра «Мороз Красный Нос»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; Повторить прыжки попеременно на правой и на левой ноге, продвигаясь вперед, Упражнять в ползании и переброске мяча. Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра «У кого мяч?» -повторить ходьбу и бег между предметами, Упражнять в прыжках с продвижением вперед до предмета, в метании предметов на дальность. Игровые упражнения: «Метко в цель», «Кто быстрее?» (прыжки)«Пройдем по мосточку» Подвижная игра «Мороз Красный Нос» Малоподвижная игра «Найди, где спрятано»</p>	<p>Физическая культура: развивать умение лазать по гимнастической стенке произвольным способом, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске. Поощрять активное участие в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Здоровье: знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского движения, с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале. Социализация: воспитание дружеских взаимоотношений между детьми в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Коммуникация: формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать, объяснять. Музыка: развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p>Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную, Закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; Повторить ползание по гимнастической скамейке; Упражнять в сохранении устойчивого равновесия. Подвижная игра «Охотники и зайцы» Малоподвижная игра «Летает-не летает» - упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с различными положениями для рук, В перепрыгивании через шнуры, в прокатывании мячей друг другу. Игровые упражнения: «По мостику», «Через веревочку», «В ворота» Подвижная игра «Хитрая лиса»</p>	<p>Упражнять - в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, - в беге в рассыпную, - в лазанье по гимнастической стенке, - в равновесии и в прыжках. Подвижная игра «Хитрая лиса» – разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. Игровые упражнения: «Ведение шайбы между предметами» «Точный пас» Подвижная игра «Мы веселые ребята» «Мороз Красный Нос» Малоподвижная игра «Найди, где спрятано»</p>	

Планирование в старшей группе.

ЯНВАРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять - в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо; Формировать - устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. Подвижная игра «Медведи и пчелы» Малоподвижная игра по выбору детей. Повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; с мячом и кеглями. Игровые упражнения - ведение шайбы между предметами, - передача шайбы на клюшку друг другу, - «Сбей кеглю» Подвижная игра «Ловишки парами»</p>	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу; Разучить прыжок в длину с места; Упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. Подвижная игра «Совушка» - повторить игровые упражнения с бегом и мячом. Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Пробеги – не задень» Малоподвижная игра «Найдем зайца»</p>	<p>Физическая культура: поддержка интереса детей к различным видам спорта, сообщением наиболее важных сведений о спортивной жизни страны. Здоровье: поощрение самостоятельной организации дошкольниками подвижных игр, выполнения спортивных упражнений. Социализация: продолжать развитие игровой деятельности; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками. Труд: поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Безопасность: продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. Познание: развитие умение определять пространственные направления – вперед-назад, влево-вправо, вверх-вниз. Музыка: развивать умение выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. Коммуникация: развитие свободного общения со взрослыми и детьми.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p>Повторить ходьбу и бег между предметами, Упражнять в перебрасывании мячей друг другу, Повторить задание в равновесии. Подвижная игра «Не оставайся на полу» - повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием предметов на дальность. Игровые упражнения: «Пробеги- не задень», «Кто дальше бросит» Подвижная игра «Мороз Красный Нос»</p>	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу, Упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Подвижная игра «Хитрая лиса» - повторить игровые упражнения с бегом и прыжками; лазание по гимнастической стенке. Игровые упражнения «По местам», «Пробеги – не задень», «Кто быстрее» - лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек.</p>	

Планирование в старшей группе.

ФЕВРАЛЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге враспынную, в беге до 1 мин, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре, <i>Повторить</i> упражнения в прыжках и забрасывании мяча в кольцо. <i>Подвижная игра</i> «Охотники и зайцы» - <i>повторить</i> игровые упражнения с шайбой; повторить лазанье по гимнастической стенке. Игровые упражнения: «Проведи-не задень», «Точный пас друг другу», «Кто выше» <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка»</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки, ходьбу и бег враспынную; <i>Закреплять</i> навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках, <i>Упражнять</i> в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» - <i>упражнять</i> в метании предметов на дальность, повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто дальше», «Кто быстрее» <i>Малоподвижная игра</i> «Найди, где спрятано»</p>	<p><i>Физическая культура:</i> продолжать развивать психо-физические качества; поощрять активное стремление участвовать в играх с элементами соревнований. <i>Здоровье:</i> продолжать работу по укреплению здоровья детей. <i>Социализация:</i> расширение представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности. <i>Труд:</i> поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. <i>Безопасность:</i> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований. <i>Коммуникация:</i> совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. <i>Музыка:</i> выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.</p>
<p>Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6</p> <p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами, <i>Разучить</i> метание в вертикальную цель; <i>Упражнять</i> в лазанье под палку и перешагивании через нее. <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» - <i>повторить</i> игровые упражнения с бегом и прыжками; метание предметов в цель и на дальность. <i>Игровые упражнения:</i> «Точно в круг», «Кто дальше» <i>Подвижная игра</i> «Ловишки»</p>	<p>Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8</p> <p><i>Упражнять</i> в непрерывном беге, В лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек, в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре, <i>Повторить</i> задания в прыжках и с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Гуси-лебеди» - <i>построение</i> в шеренгу, перестроение в колонну по 1; ходьба с выполнением заданий. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее», «Не попадись», «По мостику» <i>Подвижная игра</i> «Ловишки-перебежки» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i></p>	

Планирование в старшей группе.

МАРТ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять детей - в ходьбе колонной по 1, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; - в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.</p> <p>Разучить ходьбу по канату с предметом на голове;</p> <p>Подвижная игра «Пожарные на учении</p> <p>Эстафета с большим мячом «Мяч водящему» - повторить игровые упражнения с бегом;</p> <p>Упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.</p> <p>Игровые упражнения: «Пас точно на клюшку», «Проведи – не задень»</p> <p>Подвижная игра «Горелки»</p> <p>Малоподвижная игра «Летает- не летает»</p>	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения, враспынную;</p> <p>Разучить прыжок в высоту с разбега;</p> <p>Упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.</p> <p>Подвижная игра «Медведи и пчелы» - повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.</p> <p>Игровые упражнения: «Ловкие ребята», «Кто быстрее»</p> <p>Подвижная игра «Карусель»</p> <p>Игра малой подвижности по выбору детей.</p>	<p>Физическая культура: продолжать обогащать двигательный опыт детей.</p> <p>Здоровье: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Расширение представлений о важности для здоровья сна, движений.</p> <p>Социализация: Поощрение организации детьми знакомых подвижных игр, участия в играх с элементами соревнования.</p> <p>Безопасность: развивать умение ориентироваться в зале, на физкультурной площадке; соблюдать правила безопасного поведения во время непосредственно образовательной деятельности.</p> <p>Труд: продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спортивного инвентаря.</p> <p>Познание: продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных.</p> <p>Коммуникация: продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности.</p> <p>Музыка: совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
<p>Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6</p>	<p>Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8</p>	
<p>Повторить ходьбу со сменой темпа движения;</p> <p>Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, Равновесии и прыжках.</p> <p>Подвижная игра «Стоп» - упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании;</p> <p>Повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «Канатоходец», «Удочка» - игровое упражнение с прыжками</p> <p>Эстафета с мячом «Быстро передай»</p> <p>Малоподвижная игра «Угадай по голосу»</p>	<p>Упражнять в ходьбе с перестроением в колонны по 2 в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье, в равновесии.</p> <p>Подвижная игра «Не оставайся на полу» - упражнять в беге на скорость;</p> <p>Разучить упражнение с прокатыванием мяча;</p> <p>Повторить игровые упражнения с прыжками.</p> <p>Игровые упражнения: «Прокати – сбей», «Пробеги – не задень»</p> <p>Подвижная игра «Удочка»</p> <p>Малоподвижная игра по выбору детей</p>	

Планирование в старшей группе.

АПРЕЛЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу; <i>Упражнять</i> в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках и метании. Подвижная игра «Медведь и пчелы» - <i>упражнять</i> детей в чередовании ходьбы и бега; <i>Повторить</i> <i>игру</i> с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом.</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег между предметами; <i>Разучить</i> прыжки с короткой скакалкой, <i>Упражнять</i> в прокатывании обручей. Подвижная игра «Стоп» Малоподвижная игра по выбору детей. - <i>упражнять</i> детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; <i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками и мячом. Игровые упражнения: «Пройди – не задень», «Догони обруч», «Перебрось и поймай» Эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка» Малоподвижная игра «Кто ушел?»</p>	<p>Физическая культура: продолжать формировать умение выполнять действия по сигналу воспитателя; формирование умения правильного выполнения движений; закрепления умения выполнять ведущую роль в подвижной игре, во всех формах двигательной деятельности развитие у детей организованности, самостоятельности, инициативности, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Здоровье: развивать умение заботиться о своем здоровье, воспитание потребности быть здоровым. Знакомство с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. Социализация: поддерживать интерес к различным видам игр. Безопасность: продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. Музыка: упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге колонной по 1 с остановкой по команде воспитателя; <i>Повторить</i> метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; <i>Упражнять</i> в ползании и сохранении устойчивого равновесия. Подвижная игра «Удочка» - <i>повторить</i> бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом. Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Мяч в кругу» Подвижная игра «Карусель»</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами; Закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; <i>Упражнять</i> в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. Подвижная игра «Горелки» Малоподвижная игра «Угадай, чей голосок?» - <i>упражнять</i> в беге на скорость; <i>Повторить</i> игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии. Игровые упражнения: «Сбей кеглю», «Пробеги – не задень», «С кочки на кочку».</p>	

Планирование в старшей группе.

МАЙ

МАЙ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге с поворотом вдругую сторону по команде воспитателя; В сохранении устойчивого равновесия на повышенной опоре; <i>Повторить</i> упражнения в прыжках и с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» <i>Малоподвижная игра</i> «Что изменилось» <i>-упражнять</i> в беге с высоким подниманием бедра; <i>Развивать</i> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом. <i>Игровые упражнения:</i> «Проведи мяч»,«Пас друг другу»,«Отбей волан» <i>Подвижная игра</i> «Гуси-лебеди»</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге колонной по 1 с перешагиванием через предметы; в перебрасывании мяча. <i>Разучить</i> прыжок в длину с разбега, <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» <i>Малоподвижная игра</i> «Найди и промолчи» - <i>развивать</i> выносливость в непрерывном беге; <i>Упражнять</i> в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; <i>Повторить</i> игровые упражнения с мячом. <i>Игровые упражнения:</i> «Прокати – не урони»,«Кто быстрее», «Забрось в кольцо» <i>Подвижная игра</i> «Совушка»</p>	<p>Физическая культура: Продолжать развитие психо-физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта детей, формирование у воспитанников потребности в двигательной активности. Здоровье: расширять представления о здоровом образе жизни, о значении выполнения физических упражнений. Социализация: продолжать приобщать к общепринятым правилам и нормам поведения со сверстниками и со взрослыми. Безопасность: продолжать приобщать детей к занятию спортом и закаливанию, развитие стремление заботиться о своем здоровье.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами колонной по 1 и в рассыпную, <i>Развивать</i> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; <i>Повторить</i> упражнения в равновесии и с обручем. <i>Подвижная игра</i> «Пожарные на учении» - <i>повторить</i> бег на скорость; Игровые упражнения с мячом, в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее»,«Ловкие ребята» <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» <i>Эстафета с мячом.</i></p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу с изменением темпа движения;Прыжки между предметами. <i>Развивать</i> навык ползания по гимнастической скамейке, лежа на животе. <i>Подвижная игра</i> «Караси и щука» - <i>упражнять</i> в ходьбе и беге с изменением темпа движения; <i>Игровых упражнениях с мячом.</i> <i>Игровые упражнения:</i> «Мяч водящему», <i>Эстафета с мячом</i> «Передача мяча в колонне» (двумя руками назад) <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на земле»</p>	

Планирование в подготовительной группе.

СЕНТЯБРЬ

СЕНТЯБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Упражнять - в беге колонной по 1, - в умении переходить с бега на ходьбу; - в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. Подвижная игра «Ловишки» -упражнять в равномерном беге и беге с ускорением; Знакомить с прокатыванием обручей, Повторить прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед Игровые упражнения: «Ловкие ребята»,«Пингвины»,«Догони свою пару» Подвижная игра «Вершки и корешки»</p>	<p>Упражнять в равномерном беге с соблюдением дистанции, Развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета, Повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. Подвижная игра «Ловишка» Малоподвижная игра «Летает – не летает!» - упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу Игровые упражнения: «Быстро встань в колонну!», «Прокати обруч» Подвижная игра «Совушка» Малоподвижная игра «Великаны и гномы»</p>	<p>Физическая культура: формирование у дошкольников интереса и любви к спорту, к физическим упражнениям, формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности, формирование сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Здоровье: формировать привычку следить за опрятностью одежды, расширение представлений о составляющих здорового образа жизни (движение, сон и солнце, воздух и вода) и факторах, разрушающих здоровье. Социализация: формирование умения согласовывать свои действия с действиями партнеров, соблюдать в игре ролевые взаимодействия и взаимоотношения; воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычки сообща заниматься. Труд: развивать умение доводить начатое до конца. Побуждать и поощрять за подготовку и уборку спортивного инвентаря. Познание: совершенствование глазомера. Коммуникация: развитие свободного общения со взрослыми и детьми. Музыка: развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами. Безопасность: формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни, продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p>Упражнять в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов, Развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие, Повторить упражнение на <i>переползание</i> по гимнастической скамейке. - упражнять в чередовании ходьбы и бега, Развивать быстроту и точность движения при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами. Игровые упражнения: «Быстро передай»,«Пройди - не задень» Подвижная игра «Совушка» Малоподвижная игра «Летает – не летает»</p>	<p>Упражнять - в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; - в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; - в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры. - повторить ходьбу и бег по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом. Игровые упражнения: «Прыжки по кругу»,«Проведи мяч»,«Круговая лапта» Игра «Фигуры»</p>	

ОКТАБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Закреплять навык ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p> <p>Подвижная игра «Перелет птиц» -упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом,</p> <p>Повторить задания с прыжками.</p> <p>Игровые упражнения: «Перебрось – поймай», «Не попадись», «Фигуры»</p>	<p>Упражнять в ходьбе с изменением направления движения по сигналу,</p> <p>Отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки;</p> <p>Развивать координацию движений в упражнениях с мячом.</p> <p>Подвижная игра «Не оставайся на полу»</p> <p>Малоподвижная игра «Эхо» - повторить бег в среднем темпе до 1,5 мин; развивать точность броска, упражнять в прыжках.</p> <p>Игровые упражнения: «Кто самый меткий», «Перепрыгни – не задень»</p> <p>Подвижная игра «Совушка»</p>	<p>Физическая культура: развивать умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; совершенствование техники основных движений; поддерживать проявление интереса к физкультуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.</p> <p>Здоровье: обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего дня в ходе подвижных, спортивных и народных игр.</p> <p>Социализация: развитие самостоятельности организации всех видов игр, выполнении норм и правил поведения.</p> <p>Безопасность: развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье.</p> <p>Коммуникация: побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности.</p> <p>Музыка: организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыкальное сопровождение</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p>Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен,</p> <p>Повторить упражнение в ведении мяча, ползании, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p>Подвижная игра «Удочка» малоподвижная игра «Летает – не летает» - закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя;</p> <p>- развивать точность в упражнениях с мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «Успей выбежать», «Мяч водящему»</p> <p>Подвижная игра «Не попадись»</p>	<p>Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения,</p> <p>Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p>Подвижная игра «Удочка» - повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе;</p> <p>Упражнять в прыжках и переброске мяча.</p> <p>Игровые упражнения «Лягушки», «Не попадись»</p> <p>Подвижная игра «Ловишки с ленточками»</p> <p>Игра «Эхо»</p>	

Планирование в подготовительной группе.

НОЯБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; Упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); В энергичном отталкивании в прыжках через шнур; Повторить эстафету с мячом. Эстафета «Мяч водящему», Подвижная игра «Догони свою пару» Малоподвижная игра «Угадай, чей голосок» - закреплять навык ходьбы и бега, перешагивая через предметы; - повторить игровые упражнения с мячом и прыжками. Игровые упражнения: «Мяч о стенку», «Будь ловким» Подвижная игра «Мышеловка» Малоподвижная игра «Затейники»</p>	<p>Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, Прыжках через короткую скакалку, бросании мяча друг другу, ползании по гимнастической скамейке на четвереньках. Подвижная игра «Фигуры» - закреплять навык ходьбы и бега с преодолением препятствий, ходьбе с остановкой по сигналу, Повторить игровые упражнения с мячом и в прыжках. Игровые упражнения: «Передача мяча по кругу», «Не задень» Подвижная игра «Не оставайся на полу» Игра «Затейники»</p>	<p>Физическая культура: закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; развитие физических качеств. Здоровье: продолжать формировать представления о здоровом образе жизни, о значении двигательной активности в жизни человека, умения пользоваться специальными физическими упражнениями для укрепления своих органов и систем. Безопасность: продолжать формировать навык безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при использовании спортивного инвентаря. Труд: поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Познание: активизация мышления детей, организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве. Художественное творчество: привлечение внимания детей к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя. Музыка: развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.</p>
<p>Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6</p>	<p>Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8</p>	
<p>Упражнять в ходьбе и беге «Змейкой» между предметами; повторить ведение мяча продвижением вперед, упражнять в лазанье под дугу, в равновесии. Подвижная игра «Перелет птиц» Малоподвижная игра «Летает – не летает» - упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен, Повторить игровые упражнения с мячом и бегом. Игровые упражнения: «Переброска мячей», Подвижная игра «По местам»</p>	<p>Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость. Разучить в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой. Повторить упражнения в прыжках и на равновесие. Подвижная игра «Фигуры» - 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. Игровые упражнения: «Передай мяч», «С кочки на кочку» Подвижная игра «Хитрая лиса» Малоподвижная игра по выбору детей.</p>	

Планирование в подготовительной группе.

ДЕКАБРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p><i>Упражнять</i> в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе в усложненной ситуации. <i>Развивать</i> ловкость в упражнениях с мячом. Подвижная игра «Хитрая лиса» - <i>повторить</i> ходьбу в колонне по 1 с остановкой по сигналу воспитателя, <i>Упражнять</i> в продолжительном беге до 1,5мин, <i>Повторить</i> упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. Игровые упражнения: «Пройди – не задень», «Пас на ходу» Подвижная игра «Совушка»</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно <i>Повторить</i> упражнения в ползании и эстафету с мячом. Подвижная игра «Салки с ленточкой» Малоподвижная игра «Эхо» - <i>упражнять</i> в ходьбе в колонне по 1 с выполнением заданий по сигналу воспитателя, <i>Повторить</i> игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание. Игровые упражнения: «Пройди – не урони», «Из кружка в кружок», «Стой»</p>	<p>Физическая культура: закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе; развивать умение придумывать варианты игр, проявляя творческие способности. Здоровье: развитие творчества, самостоятельности, инициативы в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Социализация: развитие инициативы, организаторских способностей, умения действовать в команде. Коммуникация: <i>продолжать</i> формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать, объяснять. Побуждать к называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности. Музыка: развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением. Труд: поощрять желание подготавливать и убирать спортивный инвентарь к занятиям, после занятий.</p>
<p>Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6</p>	<p>Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8</p>	
<p><i>Повторить</i> ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением, <i>Упражнять</i> в перебрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер, <i>Упражнять</i> в ползании на животе, в равновесии. Подвижная игра «Попрыгунчики –воробушки» - <i>упражнять</i> в ходьбе и беге колонной по 1, в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя - <i>повторить</i> задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие. Игровые упражнения: «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди – не урони» Подвижная игра «Лягушки и цапля» Малоподвижная игра по выбору детей</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону, <i>Упражнять</i> в ползании по скамейке «по-медвежьему» <i>Повторить</i> упражнения в прыжках и на равновесие. Подвижная игра «Хитрая лиса» Малоподвижная игра «Эхо» - <i>упражнять</i> в ходьбе между предметами, - <i>разучить игровое задание</i> «Точный пас» <i>развивать</i> ловкость и глазомер при метании снежков на дальность. Игровые задания «Точный пас», «Кто дальше бросит», «По дорожке на одной ножке» Подвижная игра «Два Мороза»</p>	

Планирование в подготовительной группе.

ЯНВАРЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную по сигналу воспитателя, <i>Упражнения</i> в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствия. <i>Подвижная игра</i> «День и ночь» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i> - <i>упражнять</i> в ходьбе в колонне по 1, беге между предметами, ходьбе и беге враспынную, <i>Повторить</i> игровые упражнения с прыжками, подвижную игру «Два Мороза» <i>Игровые упражнения:</i> «Кто быстрее», «По дорожке на одной ножке», <i>Подвижная игра</i> «Два Мороза».</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу с выполнением заданий для рук, <i>Упражнять</i> в прыжках в длину с места, <i>Развивать</i> ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Совушка» - провести игровое упражнение «Снежная королева», упражнения с элементами хоккея, игровое упражнение с метанием предметов вдаль, игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки».</p>	<p>Физическая культура: развивать потребность в сохранении правильной осанки в различных видах деятельности, упражнять в статическом и динамическом равновесии, в координации движений на ориентировку в пространстве. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту. Здоровье: расширять представление о значении физических упражнений для организма. Социализация: развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении правил и норм поведения. Безопасность: развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. Познание: развитие ориентировки в пространстве. Коммуникация: формировать умение отстаивать свою точку зрения. Музыка: проведение подвижных игр и соревнований под музыкальное сопровождение</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге с дополнительными заданиями, <i>Развивать</i> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, <i>Повторить</i> лазанье под шнур. <i>Подвижная игра</i> «Удочка» - <i>упражнять</i> в ходьбе между предметами, разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны зала на другую. <i>Подвижная игра</i> «Два Мороза».</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег с изменением направления движения, <i>Упражнять</i> в ползании на четвереньках, <i>Повторить</i> упражнения на равновесие и в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Паук и мухи» <i>Малоподвижная игра по выбору детей.</i> - <i>повторить</i> ходьбу между предметами, разучить игру «По местам!» <i>Игровые упражнения:</i> «По дорожке на одной ножке», «По местам», «Поезд»</p>	

Планирование в подготовительной группе.

ФЕВРАЛЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p><i>Упражнять</i> в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола и прыжках, <i>Повторить</i> упражнения в прыжках, в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Ключи»</p> <p>-<i>упражнять</i> в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя,</p> <p><i>Повторить</i> игровое упражнение с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук,</p> <p><i>Разучить</i> прыжки с подскоком,</p> <p><i>Упражнять</i> в переброске мяча, повторить лазанье в обруч. <i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу»</p> <p>-<i>упражнять</i> в ходьбе с выполнением заданий, <i>повторить</i> игровые упражнения с клюшкой и шайбой.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Фигуры», «Затейники»</p>	<p><i>Физическая культура:</i> продолжать развивать психо-физические качества; поощрять активное стремление участвовать в играх с элементами соревнований.</p> <p><i>Здоровье:</i> продолжать работу по укреплению здоровья детей.</p> <p><i>Социализация:</i> расширение представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности.</p> <p><i>Труд:</i> поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря.</p> <p><i>Безопасность:</i> продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований.</p> <p><i>Коммуникация:</i> совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи.</p> <p><i>Музыка:</i> развитие музыкального слуха-выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p><i>Повторить</i> ходьбу со сменой темпа движения,</p> <p><i>Упражнять</i> в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге, в метании предметов, лазанье на гимнастическую стенку,</p> <p><i>Повторить</i> упражнения на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Не попадись»</p> <p>- <i>упражнять</i> в ходьбе с выполнением заданий, <i>повторить</i> игровые упражнения с клюшкой и шайбой. <i>Подвижная игра</i> «На лошадке Зорьке».</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе в колонне по 1 с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами,</p> <p><i>Повторить</i> упражнения на равновесие и прыжки.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Жмурки»</p> <p>- <i>упражнять</i> в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»;</p> <p>игровые упражнения с метанием предметов и прыжками.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i> «Не попадись»,</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Белые медведи», «Петушок»</p> <p><i>Малоподвижная игра</i> «Затейники»</p>	

Планирование в подготовительной группе.

МАРТ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p><i>Упражнять</i> в ходьбе и беге между предметами, в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с дополнительным заданием, <i>Повторить</i> задание в прыжках, эстафету с мячом.</p> <p>Подвижная игра «Рыбак» - <i>повторить</i> упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «Бегуны», «Лягушки в болоте», «Мяч о стенку» Игра «Совушка» Малоподвижная игра.</p>	<p><i>Упражнять</i> в ходьбе в колонне по 1, беге враспынную, <i>Повторить</i> упражнения в прыжках, ползании, Задания с мячом.</p> <p>Подвижная игра «Затейники» Малоподвижная игра по выбору детей. - <i>упражнять</i> в беге и прыжках, Развивать ловкость в заданиях с мячом. Игра с бегом «Сороконожки», «Охотники и утки» - с мячом. Игра «Тихо – громко»</p>	<p>Физическая культура: продолжать обогащать двигательный опыт детей.</p> <p>Здоровье: продолжать развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.</p> <p>Социализация: развивать умение использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры, справедливо оценивать результаты игры, интерес к народным играм.</p> <p>Труд: продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спортивного инвентаря.</p> <p>Познание: продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных.</p> <p>Коммуникация: продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности.</p> <p>Музыка: совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p><i>Повторить</i> ходьбу с выполнением заданий, <i>Упражнять</i> в метании предметов в горизонтальную цель, <i>Повторить</i> упражнения в ползании и сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p>Подвижная игра «Волк во рву» Малоподвижная игра. - <i>упражнять</i> в беге на скорость, <i>повторить</i> игровые упражнения с прыжками и с мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «Кто скорее до мяча», «Пас ногой», «Ловкие зайчата» Подвижная игра «Горелки» Малоподвижная игра «Эхо»</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег с выполнением заданий, <i>Упражнять</i> в лазанье по гимнастической стенке, повторить упражнения на равновесии прыжки.</p> <p>Подвижная игра «Совушка», Малоподвижная игра по выбору детей. - <i>повторить</i> упражнения с бегом, прыжками и мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «Салки-перебежки», «Передача мяча в колонне», «Удочка», «Горелки».</p>	

Планирование в подготовительной группе.

АПРЕЛЬ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p><i>Повторить</i> игровое упражнение в ходьбе и беге, <i>Упражнять</i> на равновесие, в прыжках, с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Хитрая лиса» - <i>повторить</i> игровое упражнение сбегом, Игровые задания с мячом, с прыжками. Игровые упражнения: «Быстро в шеренгу», «Перешагни – не задень», «С кочки на кочку» <i>Подвижная игра</i> «Охотники и утки» <i>Малоподвижная игра</i> «Великаны и гномы».</p>	<p><i>Повторить</i> упражнения в ходьбе и беге, <i>Упражнять</i> в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мячей друг другу. <i>Подвижная игра</i> «Мышеловка» - <i>повторить</i> игровое задание с ходьбой и бегом. Игровые упражнения с прыжками и с мячом. Игровые упражнения: «Пас ногой», «Пингины» <i>Подвижная игра</i> «Горелки»</p>	<p>Физическая культура: закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; совершенствование активного движения кисти руки при броске, закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх, способствующих развитию психофизических качеств, координации движений, умения ориентироваться в пространстве. Здоровье: обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего дня в ходе подвижных, спортивных, народных игр и физических упражнений. Расширение представлений о роли солнечного света, воздуха, воды в жизни человека и их влиянии на здоровье. Социализация: развитие умения действовать в команде. Безопасность: продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. Музыка: упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p><i>Упражнять</i> в ходьбе в колонне по 1, в построении в пары (колонна по 2), в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии. <i>Подвижная игра</i> «Затейники» - <i>повторить</i> бег на скорость, - <i>упражнять</i> в заданиях с прыжками, в равновесии. Игровые упражнения: «Перебежки», «Пройди – не задень», «Кто дальше прыгнет», «Пас ногой», «Поймай мяч» <i>Малоподвижная игра</i> «Тихо – громко»</p>	<p><i>Повторить</i> ходьбу и бег с выполнением заданий, упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. Игровое упражнение «По местам» <i>Подвижная игра</i> «Салки с ленточкой» - <i>повторить</i> игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом. Игровые упражнения: «Передача мяча в колонне», <i>Подвижная игра</i> «Лягушки в болоте» (с прыжками) <i>Подвижная игра</i> «Горелки» <i>Малоподвижная игра</i> «Великаны и гномы»</p>	

Планирование в подготовительной группе.

МАЙ		Виды интеграции образовательных областей
Тема и цели занятия 1-й недели Занятия 1-2	Тема и цели занятия 2-й недели Занятия 3-4	
<p>Повторить упражнения в ходьбе и беге, в равновесии при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках с продвижением вперед на одной ноге, в бросании мяча о стенку.</p> <p>Подвижная игра «Цапля», Малоподвижная игра «Великаны и гномы» - 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>Игровые упражнения: «Пас на ходу», «Брось – поймай», прыжки через короткую скакалку.</p> <p>Игра по выбору детей</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, Повторить упражнения с мячом.</p> <p>Подвижная игра «Горелки», Малоподвижная игра «Летает – не летает» - упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий, Повторить упражнения с мячом, в прыжках.</p> <p>Игровые упражнения: «Ловкие прыгуны», «Проведи мяч», «Пас друг другу» Подвижная игра «Мышеловка».</p>	<p>Физическая культура: совершенствование техники основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и в высоту с разбега. Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.</p> <p>Социализация: воспитание доброжелательности, готовности Выручить сверстника, развитие умения считаться с интересами и мнением товарищей по игре, справедливо решать споры.</p> <p>Труд: закреплять умение тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в одежде, в причёске; закреплять Умение подготавливать и убирать спортивный инвентарь к занятию.</p> <p>Безопасность: развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. Закрепление правил безопасного поведения во время игр в разное время года.</p>
Тема и цели занятия 3-й недели Занятия 5-6	Тема и цели занятия 4-й недели Занятия 7-8	
<p>Упражнять в ходьбе и беге в колонне по 1, по кругу, в ходьбе и беге враспынную, в метании предметов на дальность, в прыжках, в равновесии.</p> <p>Подвижная игра «Медвежонок» - упражнять в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге враспынную, Повторить задания с мячом и прыжками.</p> <p>Игровые упражнения: «Мяч водящему», «Кто скорее до кегли» Индивидуальные игры с мячом. Подвижная игра «Горелки»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу, повторить упражнения в лазании на гимнастическую стенку, Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.</p> <p>Подвижная игра «Охотники и утки» Малоподвижная игра «Летает – не летает». - повторить игровые упражнения с бегом и ходьбой, Упражнять в заданиях с мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «По местам», «Кто быстрее», «Пас ногой», «Кто выше прыгнет» Подвижная игра «Не оставайся на земле»</p>	