

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 68 «СВЕТЛЯЧОК»

ПРИНЯТА
решением педагогического
совета от 30.08.2023 г. № 4

УТВЕРЖДЕНА
приказом от 30.08.2023 г. № 143-ОД
заведующий МБДОУ «Детский сад
№ 68 «Светлячок»
_____ Л.Г. Шведова

Рабочая программа
по образовательной области
«Физическое развитие»
от 3 до 7 лет

Составитель:
Кожаринова А.О. - инструктор
по физической культуре

Тамбов
2023

СОДЕРЖАНИЕ

I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

- 1.1 Пояснительная записка
- 1.2 Цели и задачи
- 1.3 Принципы физического развития
- 1.4 Возрастные особенности детей
- 1.5 Целевые ориентиры

II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Основные цели и задачи реализации образовательной области «Физическое развитие»

2.2 Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями

2.2 Содержание психолого-педагогической работы с детьми

2.2.1 Содержание работы в группе общеразвивающей направленности от 3-4 лет

2.2.2 Содержание работы в группе общеразвивающей направленности от 4-5 лет

2.2.3 Содержание работы в группе общеразвивающей направленности от 5-6 лет

2.2.4 Содержание работы в группе общеразвивающей направленности от 6-7 лет

Циклограмма образовательной деятельности

Связь с образовательными областями

Взаимодействие инструктора по физической культуре с профильными специалистами

План работы с педагогическим коллективом по физическому развитию и воспитанию детей

III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Комплекс методического обеспечения образовательной деятельности по физическому развитию

Основные направления взаимодействия с родителями

I Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка.

Дошкольный возраст охватывает период жизни от рождения до 7 лет. Именно в этот период осуществляются наиболее интенсивный рост и развитие важнейших систем организма и их функций, закладывается база для всестороннего развития физических и духовных способностей. Этот возраст наиболее благоприятен для закаливания организма, овладения элементарными жизненно необходимыми двигательными умениями.

Всестороннее физическое развитие предполагает развитие физических качеств. Играя, двигаясь, ребенок становится более крепким, ловким, выносливым, уверенным в своих силах, возрастает его самостоятельность. Достигнутый уровень развития физических качеств, психологическая готовность к большей концентрации волевых усилий обуславливает новый виток физического развития, дальнейший рост физических возможностей детей, усвоение более сложных двигательных действий, овладение их техникой. Так постепенно достигается уровень физического совершенства, необходимый для определенного возрастного этапа.

Настоящая рабочая программа разработана на основе образовательной программы ДОО - в соответствии с ФОП ДО, Федеральными государственными стандартами для детей 3-7 лет.

Рабочая программа разработана в соответствии:

1. Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Закон Тамбовской области от 1 октября 2013г. N 321-З "Об образовании в Тамбовской области".
3. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"; Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21"Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания.»
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования"
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования" Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. №1155 «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования».
6. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.03.2000 № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»
7. Образовательная программа МБДОУ.

1.2 Цели и задачи Программы

Цель программы: Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогической деятельности, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического

развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

Задачи, поставленные нашим дошкольным учреждением и обуславливающие достижения цели, состоят в следующем:

1. Работа с детьми: построение модели приобщения детей к физической культуре и спорту, ценностям здорового образа жизни, формирование у них мотивов самосохранения, воспитание привычки заботиться о своем здоровье через все направления работы с детьми:

1.1 организация благоприятных условий для формирования здоровой и физически крепкой личности, воспитания у детей созидательного отношения к своему здоровью;

1.2 обновление содержания учебно-воспитательного процесса дополнительными программами и инновационными здоровьесберегающими технологиями ориентированными на развитие целостной, физически подготовленной, культурно-нравственной личности ребенка, формирование у него основ здоровья, физических свойств и качеств, соответствующих возрастным, индивидуальным и личностным особенностям и возможностям;

1.3 использование в процессе приобщения детей к здоровому образу жизни приемов интеграции разных видов деятельности.

2. Работа с родителями: осуществление преемственности ДОО и семьи в вопросах физического воспитания и оздоровления детей, изучение и активизация педагогического потенциала семьи: формирование у родителей активной позиции в физическом воспитании и оздоровлении ребенка.

3. Работа с социумом: организация на базе МДОУ консультативного пункта поддержки педагогов и родителей в вопросах физического развития и здоровья детей.

4. Предметно-развивающая среда: организовать предметно-развивающую среду, стимулирующую развитие двигательной активности детей в разных видах деятельности.

1.3 Принципы физического развития

Принципы физического воспитания, в соответствии с которыми складываются закономерности, правила и требования, предъявляемые к инструктору по физической культуре, определяют его деятельность по всесторонней физической подготовке ребенка к будущей жизни, раскрытию у него жизненно важных сил, гармоническому развитию. В физическом воспитании наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и т.д.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания. Перечислим основные из этих принципов: всестороннее и гармоническое развитие личности; связь физической культуры с жизнью; оздоровительная направленность физического воспитания; непрерывность и систематичность чередования нагрузок и отдыха; постепенность наращивания развивающих, тренирующих воздействий; цикличное построение непосредственно образовательной деятельности; возрастная адекватность направлений физического воспитания.

Общепедагогические принципы:

Принцип осознанности и активности направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм. Он был разработан П.Ф. Лесгафтом, который противопоставлял осознанность механическому заучиванию движений. Осознание техники движения, последовательности его выполнения, мышечного напряжения, собственного тела способствует формированию у ребенка телесной рефлексии. Осознавая оздоровительное воздействие физических упражнений на

организм, ребенок учится самостоятельно и творчески решать двигательные задачи. Он осваивает пространственную терминологию, осознанно выбирает рациональный способ двигательного действия; придумывает комбинации движений, их варианты, организует знакомые игры и придумывает свои. П.Ф. Лесгафт писал, что необходимо научить ребенка выполнять всякую работу по слову, приучать к большей самостоятельности в действиях и волевым проявлениям. *Принцип активности* предполагает в ребенке высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.

Принцип систематичности и последовательности обязателен для всех форм физического воспитания: формирования двигательных навыков, закаливания, режима. Систематичность проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению нового движения и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Регулярность, плановость, непрерывность физического воспитания на протяжении всего дошкольного возраста обеспечивают принцип систематичности. Во всех возрастных группах должна соблюдаться четкая последовательность физкультурных занятий с обязательным чередованием нагрузок и отдыха, а также последовательность, преемственность, взаимосвязь в содержании самих занятий. Ежедневные, систематически проводимые формы организации двигательной деятельности в сочетании с закаливающими мероприятиями приучают ребенка постоянно соблюдать оздоровительно-воспитательный режим, тогда как прекращение систематических занятий снижает функциональные возможности его организма и уровень физической подготовленности.

Усвоение движений, формирование двигательных навыков требуют их повторяемости. *Принцип повторения* двигательных навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений образуются двигательные навыки, вырабатываются динамические стереотипы.

Система повторения физических упражнений строится на усвоении нового и повторении в разнообразных вариантах разученных движений. Характер вариативности упражнений может проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приемов, в различных формах физкультурных занятий. Включение вариантных изменений в стереотипы выполнения движений предполагает соблюдение *принципа постепенности*. И.П. Павлов писал, что в педагогике постепенность и тренировка являются основным физиологическим правилом. Стратегия и тактика систематического и последовательного обучения важна для создания двигательного образования ребенка. Она предполагает преемственность от одной ступени обучения к другой.

Принцип наглядности — предназначен для связи чувствительного восприятия с мышлением. Он способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в движении. В практике физического воспитания используется непосредственная и опосредованная наглядность.

Непосредственная наглядность выражается в показе педагогом разучиваемого двигательного действия.

Опосредованная наглядность представлена демонстрацией пособий, кино- и видеофильмов, графиков, фотографий и т.д., обеспечивающих представление о выполняемом действии.

Наглядность облегчает выполнение двигательных заданий, развивает интерес к физическим упражнениям, ускоряет формирование двигательных умений и навыков, развивает двигательные способности.

При разучивании новых движений принцип наглядности осуществляется путем безукоризненного, красивого, четкого показа (непосредственной зрительной наглядности). Это обеспечивает точное восприятие движения, формирует правильное представление о

нем.

Принцип доступности и индивидуализации имеет свои особенности в оздоровительной направленности физического воспитания. Поскольку физические упражнения воздействуют на жизненно важные функции организма, оказывая оздоровительное воздействие на его органы и системы, завышение нагрузок отрицательно влияет на состояние здоровья ребенка. Соблюдение принципа доступности в физическом воспитании требует от педагогов определения меры доступного. Она зависит от индивидуальных возможностей ребенка и от объективных трудностей, возникающих при выполнении определенного упражнения.

Соблюдение принципа доступности предполагает, что, мобилизуя умственные и физические способности, ребенок успешно справляется с программным материалом. Данные об индивидуальных возможностях ребенка педагоги получают путем тестирования и диагностирования, изучения результатов медико-педагогического контроля.

Педагог подбирает упражнения, которые соответствуют функциональным и приспособительным возможностям детского организма, не нанося ущерба его здоровью. В процессе физического воспитания границы доступного для ребенка материала расширяются. Недоступное ему на раннем этапе в дальнейшем становится доступным и выполнимым. По мере развития физических и духовных сил ребенка изменяются педагогические и программные требования, предъявляемые к нему. Стимулируется его дальнейшее развитие. Важную роль в этом играет подбор посильных для ребенка нагрузок, которые постепенно усложняются в различных формах двигательной деятельности, а также при распределении программного материала на занятиях. Использование подготовительных и подводящих упражнений способствует преодолению трудностей при усвоении двигательных навыков.

Реализация принципа доступности требует соблюдения последовательности в создании методических условий. Поскольку двигательные умения и навыки базируются на уже приобретенных умениях, важным условием принципа доступности является преемственность физических упражнений. Распределение материала, основанного на связи каждого предыдущего занятия с последующим, обеспечивает усвоение программного содержания.

Соблюдение преемственности занятий выражено в следующих правилах: от известного к неизвестному или от освоенного к неосвоенному; от простого к сложному, от легкого к трудному. Однако эти правила не всегда универсальны, и трудность физических упражнений требует регулирования координационной сложности и степени физических усилий ребенка. Оптимальное построение системы занятий, заблаговременная и непосредственная подготовка на них к преодолению ребенком очередных трудностей способствуют методическому обеспечению в реализации принципа доступности в работе дошкольного учреждения.

Принцип индивидуализации предполагает необходимость учета функциональных возможностей, типологических особенностей малыша. Он позволяет улучшать врожденные задатки, развивать способности, тренировать нервную систему, воспитывать положительные качества и способности ребенка.

Принцип индивидуализации в физическом воспитании осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности, педагог всесторонне развивает ребенка, планирует и прогнозирует его развитие. С учетом уровня индивидуальной подготовленности ребенка, его двигательных способностей и состояния здоровья намечаются пути совершенствования двигательных навыков, построения двигательного режима, приобщения к разным формам двигательной деятельности. Используя природные данные ребенка, педагог направляет и стабилизирует его всестороннее развитие.

Принципы, отражающие закономерности физического воспитания: *Принцип непрерывности* — выражает основные закономерности построения занятий в физическом воспитании. Это один из важнейших принципов, обеспечивающих последовательность и преемственность между занятиями, частоту и суммарную протяженность их во времени. Данный принцип обеспечивает развитие морфофункциональных свойств организма, которые развиваются и совершенствуются, подчиняясь «законам упражнения».

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

Тенденция постепенного увеличения нагрузок строится на основе *принципа постепенного наращивания развивающих тренирующих воздействий*. Она выражает поступательный характер и гарантирует развивающий эффект системы физических упражнений и обуславливает усиление и обновление воздействий в процессе физического воспитания. Динамичность нагрузок зависит от закономерностей адаптации к ним ребенка. Нормирование нагрузки основывается на *принципе адаптивного сбалансирования динамики нагрузок*.

Реализация потенциальных двигательных возможностей организма, прогрессивное изменение психофизических качеств, происходит волнообразно и обеспечивает развивающее тренирующее воздействие физических упражнений на ребенка. Упорядочению процесса физического воспитания способствует *принцип цикличности*. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что обеспечивает повышение тренированности, улучшает физическую подготовленность ребенка. Формирование двигательных умений и навыков, физическое образование ребенка, его двигательные способности, функциональные возможности организма развиваются в физическом воспитании на основе *принципа возрастной адекватности* процесса физического воспитания (т.е. учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка). *Принцип оздоровительной направленности* решает задачи укрепления здоровья ребенка. Подбор физических упражнений для ребенка направлен не только на профилактику нарушения осанки, состояния здоровья, но и на всестороннее оздоровление организма, повышение его работоспособности, совершенствование психофизических качеств, поддержание эмоционально-положительного состояния, жизнерадостности и любви к жизни.

Физические упражнения в сочетании с определенными процедурами повышают функциональные возможности организма, способствуют значительному улучшению оздоровительной деятельности мозга, функций желудочно-кишечного тракта, эндокринной системы и т.д.

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

В дошкольном учреждении используются разнообразные способы обучения:

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

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

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

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

1.4 Возрастные особенности детей от 3 до 7 лет

У ребенка с 3 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества.

Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему.

За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки. За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным.

Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка. Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка.

Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 – 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь. В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается становая сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года. Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного

функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечнососудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела. На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;
- стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;
- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.

К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость). Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет. Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества):

- сохраняет статическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги);
- подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);

- прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесие;
- бегает свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанцию 30 м, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;
- бросает теннисный мяч или любой маленький мяч, снежок, мешочек и прочее удобной рукой на 5-8 метров;
- хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений.

Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

1.5 Целевые ориентиры

❖ в группе общеразвивающей направленности для детей 3-4 лет

- имеет первоначальные знания о физических упражнениях, подвижных играх;
- выполняет движения по сигналу педагога, согласовывает темп и ритм упражнений по показу взрослого;
- ходит прямо, сохраняя заданное направление, не шаркая ногами;
- бегает изменяя направление, сохраняя равновесие, изменяет темп бега в соответствии с указанием;
- ползает на четвереньках, лазает по гимнастической стенке произвольным способом;
- прыгает на двух ногах, в длину, с места;
- катает мяч в заданном направлении с расстояния 1,5м., бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы, бросает мяч о пол и вверх 2-3р. подряд и ловит его;
- метает предметы правой и левой рукой на дальность с расстояния не менее 5м.;
- строится в колонну, шеренгу, круг;
- сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая предметы;
- самостоятельно скатываться на санках с горки, катать на санках друг друга;
- скользить по ледяной дорожке с помощью взрослых;
- кататься на 3-х колесном велосипеде.

❖ в группе общеразвивающей направленности для детей 4-5 лет

- умеет ходить и бегать, согласуя движения рук и ног;
- сохраняет равновесие на ограниченной поверхности опоры;
- ловит мяч кистями рук с расстояния до 1,5м., принимает правильное исходное положение при метании, метает предметы разными способами левой и правой рукой, отбивает мяч о землю не менее 5 раз подряд;
- лазает по гимнастической стенке не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой;
- ползает разными способами: опираясь на стопы и ладони, колени и ладони, на животе, подтягиваясь руками;
- принимает правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места;

- умеет строиться в колонну, круг, шеренгу, выполнять повороты на месте и переступанием;
- может самостоятельно скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее;
- умеет самостоятельно скользить по ледяной дорожке; ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты на месте переступанием, подниматься на горку ступающим шагом и «полуелочкой»;
- умеет кататься на трёх и двухколесном велосипеде, выполнять поворот направо, налево;
- придумывает варианты подвижных игр;
- имеет четкие представления о технике основных движений, элементарных спортивных упражнениях;
- знает правила поведения на утренней гимнастике, подвижных играх; правила страховки, самостраховки при выполнении физических упражнений.

❖ в группе общеразвивающей направленности для детей 5-6 лет

- умеет самостоятельно и качественно выполнять физкультурные упражнения.
- имеет привычку самостоятельно заниматься физкультурными упражнениями, соответствующими их интересам.
- быстро готовится к разным организованным видам деятельности.
- оказывает помощь товарищам, взрослым.
- ухаживает за спортивным инвентарем.
- выполняет движения, руководствуясь знаниями и представлениями о технике выполнения движений, результативен, уверен, выразителен, точен в выполнении достаточно сложных для возраста движений.
- постоянно проявляет самоконтроль и самооценку.
- проявляет элементы двигательного творчества.
- проявляет избирательный интерес к движениям, в частности к спортивным играм, в зависимости от своих склонностей и возможностей.
- ходит и бегает легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- выполняет движения на равновесие.
- перебрасывает набивные мячи (1 кг.), бросает предметы в цель из разных положений.
- попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-5м, метает предметы левой и правой рукой на расстояние 5-12м., метает предметы в движущуюся цель.
- лазает по гимнастической стенке с изменением темпа.
- прыгает в обозначенное место с высоты 30см., прыгает в длину с места на расстояние до 1м., с разбега – 100см-180см.. в высоту с разбега - 40-50см.
- прыгает через короткую и длинную скакалку разными способами.
- перестраивается в колонну по 2,3, на ходу.
- знает исходные положения, последовательность выполнения общеразвивающих упражнений.
- ходить на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 2-3км., поднимается на горку, спускается, тормозит.
- умеет кататься на двухколесном велосипеде и самокате.
- активно участвует в играх с элементами спорта.

❖ в группе общеразвивающей направленности для детей 6-7 лет

- Умеет самостоятельно и качественно выполнять физкультурные упражнения.
- Имеет привычку самостоятельно заниматься физкультурными упражнениями, соответствующими их интересам.
- Быстро готовится к разным организованным видам деятельности.
- Оказывает помощь товарищам, взрослым.
- Ухаживает за спортивным инвентарем.

- Выполняет движения, руководствуясь знаниями и представлениями о технике выполнения движений, результативен, уверен, выразителен, точен в выполнении достаточно сложных для возраста движений.
- Постоянно проявляет самоконтроль и самооценку.
- Проявляет элементы двигательного творчества.
- Проявляет избирательный интерес к движениям, в частности к спортивным играм, в зависимости от своих склонностей и возможностей.
- Ходит и бегает легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Выполняет движения на равновесие.
- Перебрасывает набивные мячи (1 кг.) бросает предметы в цель из разных положений.
- Попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-5м, метает предметы левой и правой рукой на расстояние 5-12м., метает предметы в движущуюся цель.
- Лазают по гимнастической стенке с изменением темпа.
- Прыгает в обозначенное место с высоты 30см., прыгает в длину с места на расстояние до 1м., с разбега – 100см-180см.. в высоту с разбега - 40-50см, прыгает через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Перестраивается в колонну по 2,3, на ходу.
- Знает исходные положения, последовательность выполнения общеразвивающих упражнений.
- Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 2-3км., поднимается на горку, спускается, тормозит.
- Катается на двухколесном велосипеде и самокате.
- Активно участвует в играх с элементами спорта.

II Содержательный раздел

Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре.

Причём, в каждом возрастном периоде непосредственно образовательная деятельность имеют разную направленность:

- маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приёмам элементарной страховки
- в среднем возрасте – развить физические качества (прежде всего выносливость и силу)
- в старших группах – сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.

Поэтому мы пытаемся использовать разнообразные варианты проведения непосредственно образовательной деятельности:

- ✓ Непосредственно образовательная деятельность по традиционной схеме.
- ✓ Непосредственно образовательная деятельность, состоящая из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности.
- ✓ Тренировочное-построенное на одном движении.
- ✓ Тренировки в основных видах движений.
- ✓ Музыкально-ритмические движения.
- ✓ Ритмическая гимнастика.
- ✓ Соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.
- ✓ Зачёты, во время которых дети сдают физкультурные нормы.
- ✓ Сюжетно-игровая непосредственно образовательная деятельность.
- ✓ Круговая тренировка.
- ✓ Элементы спортивного ориентирования.
- ✓ Различные виды непосредственно образовательной деятельности (использование тренажеров и спортивных комплексов, туризм и другие).

2.1 Основные цели и задачи реализации образовательной области «Физическое развитие»

Основными задачами детского сада по физическому воспитанию дошкольников являются:

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

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание (в повседневной жизни; специальные меры закаливания) и движение (различные виды гимнастик, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные занятия).

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду созданы определённые условия.

В группах созданы уголки физической культуры, где располагаются различные пособия, в том числе и для профилактики плоскостопия. В детском саду оборудован спортивный зал для занятий с разнообразным оборудованием. Всё это повышает интерес малышей к физкультуре, увеличивает эффективность занятий, позволяет детям упражняться во всех видах основных движений в помещении.

2.2 Задачи и содержание образовательной деятельности по физическому развитию

2.2.1 Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 3-4 лет

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

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

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

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

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

1. Основные виды движений

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

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

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

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

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

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

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

2. Общеразвивающие упражнения

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

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

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

3. Спортивные упражнения

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.
Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.
Ходьба на лыжах. Ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

4. Подвижные игры

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

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

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

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

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

Спортивные развлечения. «Кто быстрее?», «Зимние радости», «Мы растем сильными и смелыми»

Формы обучения

Задачи	Формы и методы
- обогащать двигательный опыт разнообразными видами физических упражнений и подвижных игр; - содействовать правильному выполнению движений в соответствии с образцом взрослого (правильное положение тела, заданное направление);	- непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения; - спортивные праздники и развлечения, досуги,

<ul style="list-style-type: none"> - привлекать детей к коллективным формам организации двигательной активности; - формировать умение выполнять знакомые движения легко и свободно, ритмично и согласованно, ориентируясь в пространстве и сохраняя равновесие; - приучать ходить и бегать свободно, естественно координируя движения рук и ног, не шаркая ногами, не опуская головы; - добиваться овладения разными видами ходьбы и бега; - учить прыгать, энергично отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь; - упражнять в ползании и лазанье, бросании и отталкивании предметов при катании, ловле; - приучать действовать совместно, в общем темпе; - учить поддерживать правильную осанку; - учить кататься на санках, трехколесном велосипеде, одевать, снимать лыжи, ходить на них; - учить выполнять правила в подвижных играх. 	<p>дни здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; - закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течении дня.
---	---

Календарно – тематическое планирование

Общая тема	Дата <u>сентябрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
<p style="text-align: center;">День знаний</p> <p>Здравствуй, детский сад!</p>	1 неделя	<p><i>« Поступаем в школу Мишки-Топтыжки»</i></p> <p><i>«Вот какие мы большие»</i></p>	<p>- Учить ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие (по извилистой дорожке ширина -20см, длина-3м).</p> <p>- Повторить прыжки на всей ступне с подниманием на носки (пружинка).</p> <p>- Закреплять умение прокатывать мяч двумя руками вдаль от черты.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. Закрепление изученных ранее подвижных игр: «Солнышко и дождик» «Бегите ко мне» Дыхательное упражнение «Ветерок»</p>
<p>Моя улица</p>	2 неделя	<p><i>«Весёлый пешеход»</i></p>	<p>- Учить ползать на средних четвереньках по прямой (4-5 м).</p> <p>- Повторить ходьбу между двумя линиями, сохраняя равновесие (по извилистой дорожке ширина -20см, длина-3м).</p> <p>- Закреплять умение прыгать на всей ступне с работой рук, через шнуры.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с.</p> <p>Карпухина Н.А. «Конспекты занятий в первой младшей группе детского сада» 2013г. 160с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, на прогулке, игры. Использование физкультминуток и дыхательной гимнастики во время непосредственно образовательной деятельности в группе. Подвижные игры: «Догони мяч» Ходьба за отличившимся ребёнком</p>

<p>Все профессии нужны, все профессии важны</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«В гостях у сказки» (Петушок и бобовое зёрнышко)</p>	<p>- Учить прокатывать мяч двумя руками друг другу. - Повторить умение ползать на средних четвереньках по прямой (5-6 м). - Закреплять умение ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие (по извилистой дорожке ширина -15см, длина-4м).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Мой весёлый звонкий мяч»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Найди мяч»</i></p>
<p>Во саду ли, в огороде</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«У бабушки Арины»</p>	<p>- Учить прыгать на двух ногах стоя на месте. - Повторить прокатывание мяча двумя руками друг другу. - Закреплять умение ползать на средних четвереньках по извилистой дорожке (ширина-20см, длина-5-6 м).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Карпухина Н.А. «Конспекты занятий в первой младшей группе детского сада» 2013г. 160с. Сучкова И.М., Мартынова Е.А. «Физическое развитие. Планирование по освоению образовательной области детьми 2 – 4 лет по программе «Детство» 2017г. 199с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Найди свой домик»</i> <i>Дыхательное упражнение «Петушок»</i></p>

Общая тема	Дата <u>октябрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
У медведя во бору /лес, грибы, ягоды/	1 неделя	<i>«Винни-Пух и все, все, все...»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ходить с перешагиванием через предметы, и через рейки лестницы (высота 10-15см). - Повторить прыжки на двух ногах на месте и с поворотом вокруг себя. - Закреплять умение прокатывать мяч друг другу двумя руками (с увеличением расстояния). 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры: «Солнышко и дождик» Ходьба по массирующим коврикам.</i>
День классической музыки	2 неделя	<i>«В гостях у кукол» («Новая кукла» П. И. Чайковского)</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ползанию на средних четвереньках за катящимся мячом. - Повторить ходьбу с перешагиванием через предметы, и через рейки лестницы (высота 10-15см). - Закреплять умение прыгать на двух ногах на месте и с поворотом вокруг себя. 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Сучкова И.М., Мартынова Е.А. «Физическое развитие. Планирование по освоению образовательной области детьми 2 – 4 лет по программе «Детство» 2017г. 199с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры: «Поезд» м/п игры: «Угадай, кто кричит»</i>

<p>В мире животных</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Пойдём в гости к зверятам»</p>	<p>- Учить прокатывать мяч между предметами (ширина-60см). - Повторить ползание на средних четвереньках за катящимся мячом. - Закрепить упражнение на равновесие, ходьба с перешагиванием через предметы, и через рейки лестницы (высота 10-15сантиметров).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«В гости к зверятам» (Имитация повадок животных)</i></p>
<p>Золотая осень</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Волшебница – осень»</p>	<p>- Учить прыгать на двух ногах с продвижением вперёд и через шнуры. - Повторить прокатывание мяча между предметами (ширина-50см). - Закреплять умение ползать на средних четвереньках под шнуром 1,5-2м. за катящимся мячом с ускорением и замедлением темпа.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Сучкова И.М., Мартынова Е.А. «Физическое развитие. Планирование по освоению образовательной области детьми 2 – 4 лет по программе «Детство» 2017г. 199с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Бегите к флажку» м/п игры:</i> <i>«Солнышко»</i></p>

Общая тема	Дата <u>ноябрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
<p>Россия – родина моя.</p> <p>День народного единства</p>	1 неделя	<p><i>«Путешествие в лес» (На поезде)</i></p> <p><i>(Широка страна моя родная)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры по извилистой дорожке (ширина-25-30см). - Повторить прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд. - Закреплять умение прокатывать мяч под шнуром «жуки». 	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Сучкова И.М., Мартынова Е.А. «Физическое развитие. Планирование по освоению образовательной области детьми 2 – 4 лет по программе «Детство» 2017г. 199с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Автобус»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Где спрятался мышонок?»</i></p>
<p>Неделя пожарной безопасности</p>	2 неделя	<p><i>«Кошкин дом»</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ползать по уменьшенной площади опоры на средних четвереньках. - Повторить, ходьбу сохраняя равновесие по уменьшенной площади опоры, по извилистой дорожке (ширина 25-30см). - Закреплять умение прыгать на двух ногах на месте, в паре. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Птенцы и птицы»</i> <i>«Помоги, если друг в беде»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Зайка серый умывается»</i></p>

Неделя здоровья	3 неделя	«Цветные автомобили»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прокатывать мяч под дугу и бег за ним. - Повторить ползание по уменьшенной площади опоры на средних четвереньках. - Закреплять умение сохранять равновесие по уменьшенной площади опоры по извилистой дорожке (ширина 25-30см). 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «По ровненькой дорожке» <i>м/п игры:</i> «Красный, зелёный»
Рукотворный мир	4 неделя	«Курочка с цыплятами»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры по шнуру, прямо. - Повторить прыжки вверх на месте, достать предмет (погремушку). - Закреплять умение прокатывать мяч друг другу. 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет» 2004г. 104с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Наседка и цыплята» <i>м/п игры:</i> «Найди цыплёнка»

<p>День матери</p>	<p>5 неделя</p>	<p>«Волк и семеро козлят»</p>	<p>- Учить прыгать вверх на месте, достать предмет (колокольчик). - Повторить прокатывание мяча друг другу. - Закреплять умение ползать по уменьшенной площади опоры (доске) на средних четвереньках.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Сучкова И.М., Мартынова Е.А. «Физическое развитие. Планирование по освоению образовательной области детьми 2 – 4 лет по программе «Детство» 2017г. 199с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры: «Найди свой домик»</i> <i>Ходьба за лучшим отличившимся ребёнком с мячом в руках.</i></p>
---------------------------	-----------------	--------------------------------------	---	---	--	--

Общая тема	<u>Дата</u> <u>декабрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Зимушка – Зима	1 неделя	<i>«Зима - пришла»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ползать под препятствие (высота - 30-40см) - Повторить упражнение на равновесие, ходьба по уменьшенной площади опоры по шнур, по кругу. - Закреплять умение прыгать вверх на месте, достать до предмета (колокольчик). 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Поезд»</i> <i>м/п игры:</i> <i>Ходьба «Лисички»</i>
Народные промыслы, провидения русского фольклора	2 неделя	<i>«Весёлые воробышки»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить бросать мяч вперед снизу, воспитателю. - Повторить ползание под препятствие (высота - 30-40см) - Закреплять упражнение на равновесие, ходьба по уменьшенной площади опоры по шнур, «зигзагом». 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Бегите к флажку»</i> <i>«Воробышки и кот»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«По извилистой дорожке»</i>

<p>Неделя зимних игр и забав</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Что нам нравится зимой?»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить спрыгивать с высоты, со скамейки (высота – 10см). - Повторить бросание мяч вперед снизу, воспитателю. - Закреплять ползание под препятствие (высота - 30-40см). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Карпухина Н.А. «Конспекты занятий в первой младшей группе детского сада» 2013г. 160с. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Весёлые зайчата»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Поиграем»</i></p>
<p>Новый год у ворот</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Новогодний хоровод» (новогодние игрушки) Организованная образовательная деятельность построена на подвижных играх</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Повторить спрыгивание с высоты, со скамейки (высота – 10см). - Закреплять бросание мяч вперед снизу, воспитателю. - Упражнять в ползании под препятствие (высота - 30-40см). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Весёлые зайчата»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Поиграем»</i></p>

Общая тема	Дата <u>январь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Неделя вежливости	2 неделя	<i>«Вежливые матрёшки»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить сохранять равновесие, перешагивая через препятствия (высота – 10-15см). - Повторить прыгивание с высоты, со скамейки, вниз (высота – 15см). - Закреплять бросание мяча снизу, воспитателю. 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Сучкова И.М., Мартынова Е.А. «Физическое развитие. Планирование по освоению образовательной области детьми 2 – 4 лет по программе «Детство» 2017г. 199с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры: «Кролики» м/п игры: «Скажи и покажи»</i>
Зимующие птицы	3 неделя	<i>«Птички - невелички»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить бросать мяч от груди. - Повторить ползание между кеглями, произвольным способом (на низких и средних четвереньках). - Закреплять умение сохранять равновесие, перешагивая через препятствия (высота – 10-15см). 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры: «Снежинки и ветер» м/п игры: «Вот как мы умеем» «Холодно, жарко»</i>

<p>Поэты детям</p>	<p>4 неделя</p>	<p><i>«Кот и мыши»</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать через линии (шнуры). - Повторить бросание мяча от груди. - Закреплять умение подлезать в обруч, расположенный вертикально к полу, не касаясь руками пола. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Мыши в кладовой м/п игры:</i> <i>«Скажи и покажи»</i></p>
<p>Народная культура и традиции</p>	<p>5 неделя</p>	<p><i>«В здоровом теле – здоровый дух»</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить сохранять равновесие, в ходьбе по гимнастической скамейке на высоких четвереньках. - Повторить прыжки в длину с места через две линии (расст.- 30-40см). - Закреплять умение ловить мяч брошенный воспитателем (расст. – 1,5см). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Сучкова И.М., Мартынова Е.А. «Физическое развитие. Планирование по освоению образовательной области детьми 2 – 4 лет по программе «Детство» 2017г. 199с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Мыши в кладовой м/п игры:</i> <i>«Найди свой цвет»</i></p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>февраль</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Совершаем добрые дела	1 неделя	<i>«Репка»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ползать через скамейку боком (высота-40см). - Повторить ходьбу по гимнастической скамейке на высоких четвереньках. - Закреплять умение прыгать в длину с места через две линии (расст.-40-50см). 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 143с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры: «Птички в гнёздышках» м/п игры: «Кто ушёл?»</i>
Азбука безопасности	2 неделя	<i>«Наши друг - светофор»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить бросать мяч вперед двумя руками снизу (вдаль) бег за ним. - Повторить ползание через скамейку (бревно) боком (высота-40см). - Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке на средних четвереньках. 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет» 2004г. 104с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры: «Весёлая карусель» м/п игры: «Гимнастика»</i>

<p>Наша Армия родная</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Кому в армии служить?»</p>	<p>- Учить прыгать со сменой положения ног (ноги врозь – ноги вместе) - Повторить бросание мяча вперед (вдаль) двумя руками из-за головы, бег за ним. - Закреплять умение ползать через скамейку (бревно) боком (высота-40см).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Сучкова И.М., Мартынова Е.А. «Физическое развитие. Планирование по освоению образовательной области детьми 2 – 4 лет по программе «Детство» 2017г. 199с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Медведь» <i>м/п игры:</i> «Поиграем»</p>
<p>Наша голубая планета</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«У Солнышка в гостях» <i>(Мы нужны друг другу на Земле)</i></p>	<p>- Учить бросать, большой мяч, двумя руками из-за головы через шнур (расстояние 1-1,5метра). - Повторить подтягивание на скамейке, лёжа на животе. - Закреплять ходьбу по уменьшенной площади опоры, по кирпичикам, расположенным на расстоянии 20см друг от друга.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Воробышки и кот» <i>м/п игры:</i> «Птичка»</p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>март</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Международный женский день	1 неделя	«Мамин день»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры, по кирпичикам, расположенным на расстоянии 15см друг от друга. - Повторить прыжки со сменой положения ног (ноги врозь – ноги вместе) - Закреплять умение бросать мяч вперед (вдаль) двумя руками из-за головы, бег за ним. 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«У медведя во бору»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Найди Мишу»</i>
Весна пришла и мы ей рады	2 неделя	«Весна идёт, весна идёт...»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить подтягиваться на скамейке, лёжа на животе. - Повторить ходьбу по уменьшенной площади опоры, по кирпичикам, расположенным на расстоянии 15см друг от друга. - Закреплять прыжки со сменой положения ног (ноги врозь – ноги вместе) в движении. 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Поезд»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Поймай комара»</i>

<p>Крылатые друзья</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Бегут ручьи, кричат грачи»</p>	<p>- Повторить прыжки через предметы (высота 5-10см). - Закреплять бросание, большого мяча, двумя руками из-за головы через шнур (расстояние 1-1,5метра). - Упражнять в ползании на четвереньках по наклонной доске, закрепленной на второй перекладине лестницы, с переходом на неё и спуск вниз.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с. Сучкова И.М., Мартынова Е.А. «Физическое развитие. Планирование по освоению образовательной области детьми 2 – 4 лет по программе «Детство» 2017г. 199с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Найди свой цвет», «Поезд», «Птички и кошка» <i>м/п игры:</i> «Солнышко», «Летает – не летает»</p>
<p>Неделя театра</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Теремок» Организованная образовательная деятельность построена на подвижных играх</p>	<p>- Учить прыгать через предметы (высота 5-10см). - Повторить бросание, большой мяч, двумя руками из-за головы через шнур (расстояние 1-1,5метра). - Закреплять ползание на четвереньках по наклонной доске, закрепленной на второй перекладине лестницы, с переходом на неё и спуск вниз.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Найди свой цвет» <i>м/п игры:</i> «Солнышко»</p>

Общая тема	Дата <u>апрель</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Неделя детской книги	1 неделя	«Наши любимые потешки»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры, по гимнастической скамейке, руки в стороны. - Повторить прыжки через предметы (высота 5-10см). - Закреплять умение лазать по наклонной лестнице (на четвереньках, руках и стопах). 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Курочка - хохлатка»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Где спрятался цыплёнок?»</i>
Тайны планет (космос)	2 неделя	«Игры с солнечными зайчиками» (Этот загадочный мир космос)	<ul style="list-style-type: none"> - Учить бросать предметы (резиновый мяч) в горизонтальную цель (расстояние 1м) одной рукой. - Повторить, ходьбу сохраняя равновесие на уменьшенной площади опоры, по гимнастической скамейке, руки в стороны. - Закреплять умение прыгать через предметы (высота 5-10см). 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Сучкова И.М., Мартынова Е.А. «Физическое развитие. Планирование по освоению образовательной области детьми 2 – 4 лет по программе «Детство» 2017г. 199с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Догонялки с солнечным зайчиком»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Волшебный мешочек»</i>

<p>Неделя здоровья</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Будьте здоровы» «Волшебная палочка – скакалочка»</p>	<p>-Учить сохранять равновесие на уменьшенной площади опоры, ходьба по скамейке с поворотом вокруг себя, переступанием - Повторить влезание на лесенку-стремянку. - Закреплять умение бросать мяч двумя руками в горизонтальную цель (расстояние 1м).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» 2007г. 238с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Лягушки»</i> <i>«Лошадки»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«По ровненькой дорожке»</i></p>
<p>Тамбов – любимый край</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Любимый мой, Тамбов» (Шуршат по дорогам весёлые шины)</p>	<p>- Учить бросать мяч вверх и ловля его. - Повторить упражнение на равновесие – ходьба по шнуру «зигзагом». - Закреплять умение влезание на лесенку-стремянку.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Кириллова Ю.А. «Физкультурные упражнения и подвижные игры » 2005г. 144с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Найди свой цвет»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Кому дать»</i></p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>май</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Праздник весны и труда	1 неделя	«Весна, весна на улице»	<ul style="list-style-type: none"> - Повторить прыжки через предметы (высота 5-10см). - Закреплять бросание, большого мяча, двумя руками из-за головы через шнур (расстояние 1-1,5метра). - Упражнять в ползании на четвереньках по наклонной доске, закрепленной на второй перекладине лестницы, с переходом на неё и спуск вниз. 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Сучкова И.М., Мартынова Е.А. «Физическое развитие. Планирование по освоению образовательной области детьми 2 – 4 лет по программе «Детство» 2017г. 199с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры: «Найди свой цвет», «Поезд», «Птички и кошка» м/п игры: «Солнышко», «Летает – не летает»</i>
Мы помним, мы гордимся	2 неделя	«Мы сильные, мы дружные»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить сохранять равновесие в ходьбе по наклонной доске. - Повторить броски мяча вверх и ловля его. - Закреплять умение прыгать с высоты, со скамейки (высота – 10см). 	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижная игра: «Грачи и авто» м/п игры: «Деревья и птицы»</i>

<p>Неделя семьи</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«На солнечной полянке»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить влезать на гимнастическую стенку и спуск с неё. - Повторить упражнение на равновесие, в ходьбе по наклонной доске. - Закреплять броски мяча вверх и ловля его. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Кириллова Ю.А. «Физкультурные упражнения и подвижные игры» 2005г. 144с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижная игра:</i> «Жуки» <i>м/п игры:</i> «Замри»</p>
<p>Земля – наш общий дом /Бережное отношение к окружающему миру/</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Путешествие колобка»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить метать на дальность правой и левой рукой (расстояние 2,5-5м). - Повторить влезание на гимнастическую стенку и спуск с неё. - Закреплять упражнение на равновесие, в ходьбе по наклонной доске. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижная игра:</i> «Рыбаки и рыбки» <i>м/п игры:</i> «Тишина у пруда» «Рыбка озорница»</p>
<p>Лето, цветы, насекомые</p>	<p>5 неделя</p>	<p>«Здравствуй, лето красное!</p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на подвижных играх</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать в длину с места (расстояние 15-20см) между шнурами. - Повторить метание на дальность правой и левой рукой (расстояние 2,5-5м). - Закреплять умение влезать на гимнастическую стенку и спуск с неё. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 176с. Кириллова Ю.А. «Физкультурные упражнения и подвижные игры» 2005г. 144с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижная игра:</i> «Поезд» <i>Подлезание под дугу не касаясь руками пола</i> <i>м/п игры:</i> «На речке»</p>

2.2.2 Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 4-5 лет

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Формировать правильную осанку
2. Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
3. Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.
4. Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.
5. Развивать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
6. Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.
7. В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.
8. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
9. Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.
10. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
11. Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу.
12. Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.
2. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
3. Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
4. Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.
5. Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.
6. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
7. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.
8. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
9. Приучать к выполнению действий по сигналу.

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

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений:

1. Основные движения

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

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

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

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

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

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

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

2. Общеразвивающие упражнения

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

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

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

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

3. Спортивные упражнения

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

Скольжение. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

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

Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево.

4. Подвижные игры

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

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

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

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

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

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

Спортивные развлечения. «Спорт—это сила и здоровье», «Веселые ритмы». «Здоровье дарит Айболит».

Формы обучения

Задачи	Формы и методы
<ul style="list-style-type: none"> - формировать умение правильно выполнять движения, развивать элементы произвольности во время выполнения двигательных заданий; - способствовать естественному процессу развития координации, ориентировки в пространстве, чувства равновесия; - воспитывать личностные качества (активность, самостоятельность, инициативу, творчество); - закреплять умения ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног; - учить бегать легко, ритмично, энергично, отталкиваясь носком; - учить ползать пролезать перелезать через предметы; - закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук; - закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках, ориентироваться в пространстве; - учить прыгать через короткую скакалку; - учить построениями перестроениям, соблюдая дистанцию во время движения; - учить размыканию и смыканию на вытянутые руки; - учить правильно принимать исходное положение при выполнении общеразвивающих упражнений; - учить самостоятельно скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с неё; - учить скользить самостоятельно по ледяной дорожке; - ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты подниматься на гору; - учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу; - учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, соблюдать и контролировать правила в подвижных играх; - развивать физические качества: быстроту, выносливость, ловкость; - формировать правильную осанку. 	<ul style="list-style-type: none"> - непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения; - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; - закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течение дня.

Календарно – тематическое планирование

Общая тема	Дата <u>сентябрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
<p style="text-align: center;">День знаний</p> <p style="text-align: center;">Здравствуй, детский сад!</p>	1 неделя	<p style="text-align: center;"><i>«Поступаем в школу Мишки-Топтыжки»</i></p> <p style="text-align: center;"><i>(Вот какие мы большие)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ходить, по извилистой дорожке, сохраняя равновесие, с перешагиванием предметов (ширина-20см, длина-5м). - Повторить прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя и со сменой положения ног. - Закреплять умение прокатывать мяч друг другу между предметами (расстояние 40-50см) 	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. Закрепление изученных ранее подвижных игр.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p><i>«Найди себе пару»</i></p> <p><i>«Солнышко и дождик»</i></p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p><i>«Найди игрушку»</i></p>
<p>Моя - улица</p>	2 неделя	<p style="text-align: center;"><i>«Веселый пешеход»</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ползать по прямой на четвереньках (средних, низких; расстояние-10м). - Повторить ходьбу, по извилистой дорожке, перешагивая через 6-7 мячей руки за спиной. - Закреплять умение прыгать со сменой положения ног в чередовании с ходьбой. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, на прогулке, игры. Использование физкультминуток и дыхательной гимнастики во время непосредственно образовательной деятельности в группе.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p><i>«Пробеги тихо»</i></p> <p><i>м/п игры: «Поиграем»</i></p>

<p>Все профессии нужны, все профессии важны</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«В гостях у сказки» (Петушок и бобовое зёрнышко)</p>	<p>- Учить прокатывать обруч двумя руками друг другу по прямой. - Повторить ползание по прямой на четвереньках, прокатывая перед собой мяч (диаметр 12-15см). - Закреплять ходьбу и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина доски 15-20 см, высота 30-35см)</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Огуречик, огуречик» <i>м/п игры:</i> «Карлики и великаны»</p>
<p>Во саду ли, в огороде</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«У бабушки Арины»</p>	<p>- Учить прыгать на двух ногах поочередно через 5-6 линий (расстояние между ними 40-50 см). - Повторить прокатывание обручей друг другу между предметами (расстояние 40-50 см). - Закреплять ползание на средних четвереньках «змейкой», прокатывая головой мяч.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> «У медведя во бору» <i>м/п игры:</i> «Пойдем в гости к кукле, зайчику и мишке»</p>

Общая тема	Дата <u>октябрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
У медведя во бору /лес, грибы, ягоды/	1 неделя	<i>«Винни-Пух и все, все, все...»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ходить по шнуру по прямой и по кругу, руки за спиной, полочкой. - Повторить прыжки на одной ноге поочередно (то на правой, то на левой); с поворотом кругом на двух ногах. - Закреплять прокатывание обруча друг другу между предметами. 	<ul style="list-style-type: none"> «Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие» 	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в Д ОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игра.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Кот и мыши»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Помогаем маме»</i></p>
День классической музыки.	2 неделя	<p><i>«На день рождения куклы Алёны»</i></p> <p>(«Новая кукла» П. И. Чайковский)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. - Повторить ходьбу по шнуру по прямой, по кругу, «змейкой» руки за головой. - Закреплять прыжки на одной ноге поочередно и ноги вместе – ноги врозь с продвижением вперед. 	<ul style="list-style-type: none"> «Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие» 	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p> <p>Бондаренко Т.М.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игра.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Цветные автомобили»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Затейники»</i></p>

<p>В мире животных</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Пойдём в гости к зверятам»</p>	<p>-Учить прокатывать мяча друг другу двумя руками и одной. - Повторить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. - Закреплять умение ходить по шнуру «змейкой» руки в стороны.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>«Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игра. <i>Подвижные игры:</i> «Огуречик, огуречик» <i>м/п игры:</i> «Угадай, где спрятано?»</p>
<p>Золотая осень</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Волшебница – осень»</p>	<p>- Учить выполнять прямой галоп. - Повторить прокатывание мяча из разных исходных положений друг другу двумя руками и одной рукой. - Закреплять умение ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игра. <i>Подвижные игры:</i> «Мы веселые ребята» <i>м/п игры:</i> «Петрушка»</p>

Общая тема	Дата <u>ноябрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
<p>Россия – родина моя.</p> <p>День народного единства</p>	1 неделя	<p><i>«Путешествие на волшебный остров» (на самолёте)</i> <i>(Широка страна моя родная)</i></p>	<p>- Учить сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры, по доске с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>- Повторить прямой галоп по кругу, руки за спиной.</p> <p>- Закреплять умение прокатывать мяч друг другу из разных исходных положений между предметами.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Ловишки»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Летает, не летает»</i></p>
<p>Неделя пожарной безопасности</p>	2 неделя	<p><i>«Кошкин дом»</i></p>	<p>- Учить подлезать под препятствие правым и левым боком.</p> <p>- Повторить ходьбу по доске с мешочком на голове, руки согнуты в локтях к плечам.</p> <p>- Закрепить прямой галоп по кругу «змейкой».</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Самолёты»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Найди и промолчи»</i> <i>Упражнение «Веерок»</i></p>

<p>Неделя здоровья</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Путешествие в королевство Волшебных мячей»</p>	<p>- Учить бросать мяч вверх, вниз о пол и ловля его руками (3-4 раза подряд). - Повторить подлезание под препятствие правым и левым боком. - Закреплять умение ходить по доске, перешагивая через предметы (руки в стороны).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Лиса в курятнике»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Найдем цыпленка»</i></p>
<p>Рукотворный мир</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Весёлые матрешки» <i>(Магазин игрушек)</i></p>	<p>- Учить прыгать из глубокого приседа, стоя на месте, чередуя с расслаблением (10 х 3). - Повторить бросание мяча вверх, вниз о пол и ловля его руками, не прижимая к груди (5-6 раз подряд). - Закреплять умение подлезать под дугу (обруч) правым и левым боком.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. « Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Карусель»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Где спрятано»</i></p>

<p>День матери</p>	<p>5 неделя</p>	<p>«Волк и семеро козлят»</p>	<p>- Учить сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры, по доске, сходясь вдвоём при встрече и расходясь на доске, не уронив друг друга. - Повторить прыжки из глубокого приседа, стоя на месте, чередуя с расслаблением (10 х 3). - Закреплять умение бросать мяч вверх, вниз о пол и ловля его двумя руками несколько раз подряд.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Кириллова Ю.А. «Физкультурные упражнения и подвижные игры для средней группы» 2005г. 144с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Цветные автомобили»</i> <i>м/п игры: «Вежливые слова»</i> <i>Ходьба за ведущим с флажком в руках</i></p>
---------------------------	-----------------	--------------------------------------	--	---	---	--

Общая тема	<u>Дата</u> <u>декабрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Зимушка – Зима	1 неделя	<i>«Здравствуй, зимушка - зима»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить пролезать между рейками лестницы, поставленной на бок на средних четвереньках. - Повторить ходьбу по доске, сходясь вдвоём при встрече и расходясь на доске, не уронив друг друга. - Закреплять прыжки из глубокого приседа со сменой высоты движения и темпа движения, чередуя с расслаблением. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5 лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке <i>Подвижные игры:</i> «Поезд» <i>м/п игры:</i> «Лиса и волк»</p>
Народные промыслы, проведены русского фольклора	2 неделя	<i>«Прогулка в зимний лес»</i> <i>(Русские народные игры)</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить отбивать мяч о пол на месте правой и левой рукой (5 раз подряд). - Повторить пролезание между рейками лестницы, поставленной на бок на средних четвереньках. - Закреплять умение ходить по доске, сходясь вдвоём при встрече и расходясь на доске. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5 лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Найди свой домик» <i>м/п игры:</i> «Где спрятался зайка?»</p>

<p>Неделя зимних игр и забав</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Что нам нравится зимой?»</p>	<p>- Учить прыгать с продвижением вперед через 6-8 линий (расстояние 50-60 см). - Повторить отбивание мяча о пол на месте правой и левой рукой (5 раз подряд). - Закреплять пролезание между ножками стула («тоннель») на низких четвереньках.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Картушина М.Ю. «Праздники здоровья для детей 4-5 лет» 2008г. 96с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Зайцы и волк» <i>м/п игры:</i> «Скажи и покажи»</p>
<p>Новый год у ворот</p>	<p>4 неделя</p>	<p>Организованная образовательная деятельность построена на подвижных играх «Новый год! Новый год! У дверей, у ворот!» (новогодние игрушки)</p>	<p>- Повторить прыжки с продвижением вперед через 6-8 линий (расстояние 50-60 см). - Совершенствовать навыки, отбивание мяча о пол на месте правой и левой рукой (5 раз подряд). - Упражнять в пролезании под планками («тоннель») на низких четвереньках.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Картушина М.Ю. «Праздники здоровья для детей 4-5 лет» 2008г. 96с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Лиса и зайцы», «Найди свой домик» <i>м/п игры:</i> «Скажи и покажи»</p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>январь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Неделя вежливости	2 неделя	«Страна Волшебных слов»	<ul style="list-style-type: none"> - Ходьба по гимнастической скамейке и спрыгивание с неё. «Лиса в курятнике» - «Зайцы и волк» - «Сбей кеглю» - «Подбрось и поймай» 	<ul style="list-style-type: none"> «Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие» 	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> «Найди себе пару» <i>м/п игры:</i> «По дорожкам»</p>
Зимующие птицы	3 неделя	«Птички - невелички»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить метать предметы (мешочки с песком) в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2-2,5 м). - Повторить перелезание через гимнастическую скамейку прямо и боком. - Закрепить ходьбу по наклонной доске и спуск с неё с поворотом вокруг себя на середине подъёма. 	<ul style="list-style-type: none"> «Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие» 	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> «Котята и щенята» <i>м/п игры:</i> «Кто ушёл?»</p>

<p>Поэты детям</p>	<p>4 неделя</p>	<p><i>«В гостях у дедушки Корнея»</i></p>	<p>- Учить прыгать вверх с места с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребёнка (на 15 см). - Повторить метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2-2,5 м). - Закреплять умение перелезть через гимнастическое бревно.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Бездомный заяц»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Кто позвал?»</i></p>
<p>Народная культура и традиции</p>	<p>5 неделя</p>	<p><i>«В здоровом теле – здоровый дух»</i></p>	<p>- Учить ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). - Повторить прыжки вверх с места с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребёнка на 20 см. - Закреплять метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2-2,5 м).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«У медведя во бору»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Поиграем»</i></p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>февраль</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Совершаем добрые дела	1 неделя	<i>«Репка»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ползать на средних и низких четвереньках по доске, положенной горизонтально (ширина доски 15-20 см). - Повторить ходьбу, бег и прыжки на двух ногах по наклонной доске вверх и вниз. - Закреплять прыжки вверх с места и с разбега с касанием предмета рукой. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Охотник и зайцы»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Найди и промолчи»</i></p> <p><i>Ходьба с хлопком на счёт «два».</i></p>
Азбука безопасности	2 неделя	<i>«Наш друг - светофор»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить бросать мяча двумя руками из-за головы через шнур (расстояние 2 м). - Повторить прыжки стоя на месте с зажатым мячом между ног. - Закреплять умение ходить по наклонной доске и спуск с неё с подъёмом ноги, согнутой в колене (коснуться мяча). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Перелет птиц»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Найди пару»</i></p>

<p>Наша Армия родная</p>	<p>3 неделя</p>	<p><i>«Кому в армии служить?»</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ходить по гимнастической скамье с мячом в прямых руках над головой, на середине поворот вокруг себя. - Повторить бросание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствие (расстояние 2 м). - Закреплять умение прыгать с зажатым мячом между ног в движении по кругу. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Ловишки»</i> <i>«Котята и щенята»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Затейники»</i></p>
<p>Наша голубая планета</p>	<p>4 неделя</p>	<p><i>«Мы нужны друг другу на Земле»</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить метать предметы на дальность (расстояние 3,5-6,5 м). - Повторить лазание по гимнастической стенке произвольным способом (высота 2,5 м). - Закреплять ходьбу по гимнастическому буму или скамейке с поворотом кольца вправо и влево. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Картушина М.Ю. «Праздники здоровья для детей 4-5 лет» 2008г. 96с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Бездомный заяц»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Угадай по голосу»</i></p>

Общая тема	Дата <u>март</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Международный женский день	1 неделя	«Мама и я – спортивная семья»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ходьба по гимнастической скамейке с палкой за головой на плечах. - Повторить прыжки на одной ножке по цветной дорожке (3-5 м). - Закреплять умение бросать мяч (диаметр 10-12см) двумя руками и одной рукой через препятствие с расстояния расстояние 2 м. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Кириллова Ю.А. «Физкультурные упражнения и подвижные игры для детей средней группы» 2005г. 144с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Подарки» <i>м/п игры:</i> «Угадай, кто позвал?» «Эхо»</p>
Весна пришла и мы ей рады	2 неделя	«Весна идёт, весна идёт...»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить лазать по гимнастической стенке произвольным способом (высота 2,2 м). - Повторить ходьбу по гимнастическому буму или скамейке с палкой за головой. - Упражнять в прыжках на одной ножке по извилистой дорожке (3-5 м). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Картушина М.Ю. «Праздники здоровья для детей 4-5 лет» 2008г. 96с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры <i>Подвижные игры:</i> «Лиса в курятнике» <i>м/п игры:</i> «Подбрось - поймай»</p>

<p>Крылатые друзья</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Бегут ручьи, кричат грачи»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать с высоты с места (высота 10-15см). - Повторить метание предметов на дальность за черту (расстояние 3,5-6,5 м). - Закреплять лазание по гимнастической стенке произвольным способом (высота 2,5 м). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Картушина М.Ю. «Праздники здоровья для детей 4-5 лет» 2008г. 96с. Кириллова Ю.А. «Физкультурные упражнения и подвижные игры для средней группы» 2005г. 144с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Птички в гнездышках» «Птички и кошка» <i>м/п игры:</i> «Угадай по голосу», «Эхо»</p>
<p>Неделя театра</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«В гости к Красной Шапочке»</p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на подвижных играх</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Повторить прыжки с высоты с места (высота 10-15см). - Упражнять в метании предметов на дальность за черту (расстояние 3,5-6,5 м). - Совершенствовать навыки лазания по гимнастической стенке произвольным способом (высота 2,5 м). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Картушина М.Ю. «Праздники здоровья для детей 4-5 лет» 2008г. 96с. Кириллова Ю.А. «Физкультурные упражнения и подвижные игры для средней группы» 2005г. 144с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Охотники и зайцы» «Птички и кошка» <i>м/п игры:</i> «Не урони мяч»</p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>апрель</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Неделя детской книги	1 неделя	«Наши любимые потешки»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ходить по наклонному бревну или доске с дополнительными заданиями для рук. - Повторить прыжки с высоты с места (высота 10-15см). - Закреплять метание предметов вдаль («Целься вернее» расстояние 3,5-6 м). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p><i>«Совушка»</i></p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p><i>«Деревья и птицы»</i></p>
Тайны планет (космос)	2 неделя	«Этот загадочный мир космос»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить лазать по лестнице-стремянке. - Повторить ходьбу по наклонному бревну или доске, ставя ногу с носка, руки на пояс. - Закреплять умение прыгать через 3-4 предмета поочередно через каждый (высота 10-15 см). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p><i>«Воробышки и автомобиль»</i></p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p><i>«Стоп»</i></p>

<p>Неделя здоровья</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«На помощь к трём поросятам» (Весёлые старты)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить бросать мяч двумя руками в цель (расстояние 1 м). - Повторить лазание по лестнице-стремянке. - Закреплять умение ходить по наклонному бревну или скамейке, с перешагиванием через предметы (кирпичики). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Кириллова Ю.А. «Физкультурные упражнения и подвижные игры для средней группы» 2005г. 144с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 103с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Нам нестрашен серый волк»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Зоопарк»</i></p>
<p>Тамбов – любимый край</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Шушат по дорогам весёлые шины» «Любимый мой, Тамбов»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать на короткой скакалке. - Повторить бросание мяча вверх и попытка поймать его. - Закреплять умение лазать по лестнице-стремянке. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 103с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Догони пару»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Ёлка, берёза, дуб»</i></p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>май</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Праздник весны и труда	1 неделя	<i>«Весна, весна на улице»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Повторить прыжки на двух ногах поочерёдно через 5-6 линий (расстояние между ними 40-50 см). - Совершенствовать в прокатывании обручей друг другу между предметами (расстояние 40-50 см). - Упражнять в ползании на средних четвереньках «змейкой», прокатывая головой мяч. 	«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. « Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Огуречик, огуречик», «Волк и козлята» м/п игры:</i> <i>«Поиграем»</i>
Мы помним, мы гордимся	2 неделя	<i>«День Победа – самый главный день»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ходить по наклонному буму или доске. - Повторить прямой галоп. - Закреплять умение бросать мяч вверх и ловить его. 	«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Кириллова Ю.А. «Физкультурные упражнения и подвижные игры для средней группы» 2005г. 144с. Соколова Л.А. «Детские олимпийские игры: занятия с детьми 2-7 лет» 2014г. 78с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Самолёты» м/п игры:</i> <i>«Кому дать?»</i>

<p>Неделя семьи</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Мама и я – спортивная семья»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить влезать на гимнастическую стенку и спуск с неё. - Повторить ходьбу по наклонному буму или доске. - Закреплять умение выполнять прямой галоп. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Мы весёлые ребята» <i>м/п игры:</i> «Ворота»</p>
<p>Земля – наш общий дом /Бережное отношение к окружающему миру/</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Путешествие колобка»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить метать на дальность правой и левой рукой (2,5-5 м). - Повторить влезание на гимнастическую стенку и спуск с неё. - Закреплять умение ходить по наклонному буму или доске. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Зайцы и волк» <i>м/п игры:</i> «Где спрятан?»</p>
<p>Лето, цветы, насекомые</p>	<p>5 неделя</p>	<p>«Здравствуй, лето красное!»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать в высоту с места через шнур (высота 5 м). - Повторить метание на дальность правой и левой рукой (2,5-5 м). - Закреплять умение влезать на гимнастическую стенку и спуск с неё. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Не промахнись» (метание мешочков в корзину) <i>м/п игры:</i> «Тишина у пруда»</p>

2.2.3 Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 5-6 лет

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

. Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.

2. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.

3. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.

4. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

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

6. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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

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

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

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

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.

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

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

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

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

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

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

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

1. Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным

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

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

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

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

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

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

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

2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-

вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.

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

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

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

3. Спортивные упражнения

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

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1-2 км.

Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом». «Подними», «Догонялки».

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

4. Спортивные игры

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

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

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

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

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

5. Подвижные игры

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса»,

«Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц». **С прыжками.** «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

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

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

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

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

Спортивные развлечения. «Веселые старты», «Подвижные игры», «Зимние состязания», «Детская Олимпиада».

Модель двигательного режима

Формы работы	Возрастная группа от 5-6 лет, продолжительность проведения
Утренняя гимнастика	ежедневно 8 – 10 мин
Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	ежедневно 5 – 7 минут
Физкультминутки	ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий 1 – 3 мин
Подвижные игры, физкультурные упражнения на прогулке	Не менее 2 раз в день 25-30 мин
Гимнастика пробуждения после дневного сна в сочетании с водными процедурами	Ежедневно, после дневного сна 8-10 мин
Подвижные игры, физические упражнения	ежедневно, не менее 2 – 3 игры в день 10-12 мин
Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре	2 раз в неделю 22 мин
Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре на прогулке	1 раз в неделю 25 мин
Физкультурно – массовые мероприятия	
Физкультурный досуг	1 – 2 раза в месяц до 40 мин
Физкультурный праздник	2-3 раза в год до 50 мин
Неделя здоровья	2 раза в год (начало января и конец марта)
День здоровья	1 раз в квартал

Формы обучения

Задачи	Формы и методы
- развивать проявление интереса к качеству выполнения движений и количественным показателям; - приучать осмысленно относиться к достижению точности и правильности выполнения движений;	- непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения;

- совершенствовать ранее освоенные движения;
- создавать условия для самостоятельной двигательной деятельности;
- способствовать развитию двигательных умений и навыков, необходимых физических качеств и общей выносливости организма;
- добиваться коллективного результата при проведении подвижных игр, спортивных игр, физкультурных упражнений в соревновательной форме;
- формировать у детей потребность в ежедневной активной двигательной деятельности;
- добиваться правильной техники выполнения движений;
- продолжать учить согласовывать свои движения с движениями товарищей;
- приучать разумно распределять свои силы, организованно переключаться на другие виды деятельности;
- учить бегать на перегонки с преодолением препятствий;
- продолжать учить сочетать замах с броском при метании;
- учить кататься на коньках;
- закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры, соблюдая заданный темп;
- продолжать упражнять в статическом и динамическом равновесии;
- учить сочетать замах с броском при метании;
- учить лазать по стенке меняя темп, перелезать на другой пролет по диагонали;
- учить прыгать в высоту, длину с разбега, сочетая разбег с отталкиванием, прыгать через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении;
- учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться;
- выполнять движения ритмично, в указанном темпе;
- учить выполнять упражнения из разных исходных положений;
- продолжать учить самостоятельно скатываться с горки;
- учить скользить по ледяным дорожкам, скользить с невысокой горки;
- учить самостоятельно надевать коньки, сохранять равновесие на коньках, кататься по прямой, отталкиваясь поочередно;
- учить элементам спортивных игр;
- продолжать учить самостоятельно организовывать подвижные игры, варианты игр, комбинировать движения;
- формировать потребность в ежедневной двигательной активности.

- спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;
- игровые беседы с элементами движений;
- разные виды гимнастик;
- закаливающие процедуры;
- физминутки, динамические паузы;
- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;
- двигательная активность в течение дня.

Календарно – тематическое планирование

Общая тема	Дата <u>сентябрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
<p style="text-align: center;">День знаний</p> <p>Здравствуй, детский сад!</p>	1 неделя	<p>«Путешествие Буратино по стране знаний»</p> <p>«Детский сад детям рад!»</p>	<p>- Учить ходить сохраняя равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры, по гимнастической скамейке, неся корзину с овощами.</p> <p>- Повторить прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>- Закреплять лазание по наклонной лестнице (на высоких четвереньках) с переходом на вертикальную лесенку.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> «Догони свою пару»</p> <p><i>м/п игры:</i> «Передача мяча над головой» Дыхательное упражнение «Часики»</p>
<p>Моя - улица</p>	2 неделя	<p>«Дорожная азбука»</p>	<p>- Учить подбрасывать мяча вверх, вниз и ловить его двумя руками (10 раз подряд).</p> <p>- Повторить ходьбу по гимнастическому буму, скамейке перешагивая кирпичики.</p> <p>- Закреплять умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед, между кеглями «змейкой».</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. Использование физкультминуток и дыхательной гимнастики во время непосредственно образовательной деятельности в группе.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> «Сделай фигуру»</p> <p><i>м/п игры:</i> «Летает - не летает»</p>

<p>Все профессии нужны, все профессии важны</p>	<p>3 неделя</p>	<p><i>«Профессии в детском саду»</i></p>	<p>- Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его одной рукой (4-6 раз подряд). - Повторить ползание на четвереньках «змейкой» между предметами. - Закреплять умение ходить по гимнастическому буму, скамейке на носках, в руках скакалка.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду» 2009г. 160с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика на прогулке, игры. <i>Подвижные игры: «Светофор» «Быстро возьми» м/п игры: «Будь внимателен» Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук.</i></p>
<p>Во саду ли, в огороде</p>	<p>4 неделя</p>	<p><i>«Дары Осени»</i> Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх</p>	<p>- Повторить ходьбу по гимнастическому буму на носках, в руках скакалка. - Упражнять в прыжках с мячом зажатым между коленями до ориентира. - Совершенствовать навыки прокатывания мяча между предметами (ширина 30-40 см, длина 3-4 м). - Закреплять умение ползать по гимнастической скамейке на четвереньках.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7 лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. Игры. <i>Подвижные игры: «Догони свою пару» м/п игры: «Передача мяча над головой» Дыхательное упражнение «Ишак»</i></p>

Общая тема	Дата <u>октябрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
У медведя во бору /лес, грибы, ягоды/	1 неделя	«Осень – чудесная пора» (экскурсия в осенний лес на велосипеде)	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ходить по верёвке (диаметр 1,5-2 см). - Повторить ползание на четвереньках между предметами, чередуя с бегом. - Закреплять умение бросать мяч о пол поочерёдно правой и левой рукой (10 раз подряд). 	«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в Д ОУ» 2012г. 216с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Стой» «Перелет птиц» <i>м/п игры:</i> «Деревья, кусты, трава»
День классической музыки	2 неделя	«Волшебная страна музыкальных красок» («Времена года» П. И. Чайковского)	<ul style="list-style-type: none"> - Учить лазать по гимнастической стенке разнообразным способом, перелезая с пролёта на пролёт. - Повторить ходьбу по верёвке, выложенной «змейкой» с мешочком на голове. - Закреплять умение отбивать мяча одной рукой в движении (5-6 м). 	«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»	Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Не оставайся на полу» «Коршун и наседка» <i>м/п игры:</i> «У кого мяч» <i>Дыхательное упражнение</i> «Петух»

<p>В мире животных</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«В лесу»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать через предметы (высота 15-20 см) по прямой на 2-х ногах. - Повторить лазание по гимнастической стенке разноимённым способом, перелезая на соседний пролёт с изменением темпа. - Закреплять умение сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры, по верёвке, перешагивая кирпичики с мешочком на голове. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Удочка» «Огородники» <i>м/п игры:</i> «Эхо»</p>
<p>Золотая осень</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Что осенью бывает»</p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх</p>	<ul style="list-style-type: none"> - «По кочкам» - ходьба по кирпичикам. - Большая прыжковая эстафета (прыжки из обруча в обруч, через скамейку, вокруг модуля). - «Пронеси предмет, не задев кегли» (бег между кеглями с бадминтонной ракеткой и мячом). - Лазание по гимнастической стенке разноимённым способом, перелезая на соседний пролёт с изменением темпа. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Ловишки с мячом» «Уборка картофеля» <i>м/п игры:</i> «Затейники»</p>

Общая тема	Дата <u>ноябрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
<p>Россия – родина моя.</p> <p>День народного единства</p>	1 неделя	<p><i>«Любовь к Отчизне пронесем, ценя её с рожденья»</i></p>	<p>- Учить ходить по гимнастическому буму, скамейке с приседанием на середине.</p> <p>- Повторить прыжки через модули правым и левым боком, на двух ногах с продвижением вперёд.</p> <p>- Закреплять лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролёт и спуск по наклонной доске.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Медведи и пчёлы»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Стоп»</i></p>
<p>Неделя пожарной безопасности</p>	2 неделя	<p><i>«Мы отважные пожарные»</i></p>	<p>- Учить перебрасывать мяч друг другу от груди и снизу.</p> <p>- Повторить ходьбу по гимнастическому буму, скамейке с приседаниями на каждый шаг (прямую ногу пронося справа и слева от бума).</p> <p>- Закреплять умение прыгать через предметы, чередуя прыжок на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперёд.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с.</p> <p>Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Пожарные на учениях»</i> <i>«Попади в яблоко»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Сбей кеглю»</i></p>

<p>Неделя здоровья</p>	<p>3 неделя</p>	<p><i>«Играя в спортивные игры, растем крепкими и здоровыми»</i></p>	<p>- Учить ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; на четвереньках. - Повторить перебрасывание мяча друг другу из-за головы (стоя, сидя). - Закреплять умение бегать по гимнастической скамейке на носках прыжок в обозначенное место.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры: «Удочка» Эстафета парами м/п игры: «Найди пару»</i></p>
<p>Рукотворный мир</p>	<p>4 неделя</p>	<p><i>«Спорт – здоровье, спорт – помощник, спорт – игра» (школа мяча)</i></p>	<p>- Учить ходить по гимнастическому буму, скамейке бросая мяч то справа, то слева о пол и ловля его двумя руками. - Повторить прыжки с бума, скамейки в обозначенное место (высота 40 см). - Закреплять умение ползать до флажка, прокатывая вперед мяч головой.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры: «Охотники и зайцы» м/п игры: «Попади в корзину» «Найдем баумачок»</i></p>

<p>День матери</p>	<p>5 неделя</p>	<p>«Мамы, сыночки и дочки»</p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх</p>	<p>- Ходьба по буму, скамейке с поворотами. - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. - Подбрасывание мяча вверх и вниз, ловля его двумя руками. - Лазание по лестнице разноимённым способом.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Верховина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры: «Встречные перебежки»</i> (с лентами) <i>м/п игры: «Сегодня маме помогаем»</i></p>
---------------------------	-----------------	--	--	---	---	--

Общая тема	Дата <u>декабрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Зимушка - Зима	1 неделя	<i>«Зима - чудесница»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать на мягкое покрытие с высоты 30 см на обозначенное место (со скамейки). - Повторить ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюкзаком на спине. - Закреплять умение перебрасывать мяч через сетку из-за головы, снизу, от груди. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДООУ» 2012г. 216с. Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Кто скорее до флажка» (бег с препятствием)</i> <i>Эстафета с рюкзачком м/п игры:</i> <i>«Сделай фигуры»</i></p>
Народные промыслы, проведение русского фольклора	2 неделя	<i>«Праздник забытых игр»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить перелезать через бум, скамейку правым и левым боком. - Повторить ходьбу по гимнастическому буму, скамейке бросая мяч то справа, то слева о пол и ловля его двумя руками. - Закреплять умение прыгать со скамейки и обратно, впрыгивание на скамейку. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДООУ» 2012г. 216с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Соколова Л.А. «Детские олимпийские игры: занятия с детьми 2 – 7 лет» 2014г. 78с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Мороз-Красный нос»</i> <i>«Хитрая лиса»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Бьют часы»</i></p>

<p>Неделя зимних игр и забав</p>	<p>3 неделя</p>	<p><i>«Добры молодцы, да красны девицы»</i></p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на соревнованиях и подвижных играх.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Повторить лазание (перелезание через бум, скамейку и подлезание под него). - Упражнять в прыжках (прыжки на двух правым и левым боком). - Совершенствовать навыки метания, передача мяча друг другу с расстояния 2.5 метра. - Закреплять умения ползать по скамейке на животе, имитация движений пловца на скамейке. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Соколова Л.А. «Детские олимпийские игры: занятия с детьми 2 – 7 лет» 2014г. 78с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Два мороза»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Разверни круг»</i></p>
<p>Новый год у ворот</p>	<p>4 неделя</p>	<p><i>«Вместе играем, Новый год встречаем»</i></p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</p>	<ul style="list-style-type: none"> - «Перелезь и подлезь» (перелезание через бум и подлезание под него). - «Эстафета прыжков» (прыжки на двух правым и левым боком). - «Мяч капитану». - Имитация движений пловца на скамейке. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. « Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Соколова Л.А. «Детские олимпийские игры: занятия с детьми 2 – 7 лет» 2014г. 78с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Два мороза»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Разверни круг»</i></p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>январь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Неделя вежливости	2 неделя	«Вежливые слова»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать в длину с места. - Повторить метание правой и левой рукой в горизонтальную цель с расстояния 3,5 м. - Закреплять умение сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры, ходить по наклонной доске боком с переходом на соседний пролёт. 	<ul style="list-style-type: none"> «Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие» 	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> «Горелки» <i>м/п игры:</i> «Угадайте, что я делаю» <i>Простучать ритмический рисунок в быстром темпе.</i></p>
Зимующие птицы	3 неделя	«Птицы – наши друзья»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ходить по гимнастическому буму, скамейке на носках, раскладывая и собирая мелкие предметы. - Повторить прыжки в длину с места, перепрыгивая «брёвнышки». - Закреплять умение метать малый мяч в вертикальную цель с расстояния 3,5-4 м на высоту 2,2 м. 	<ul style="list-style-type: none"> «Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие» 	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> «Совушка» <i>м/п игры:</i> «Вершки и корешки» «Съедобное - не съедобное»</p>

<p>Поэты детям</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Веселая поэзия, любимая детьми» (по произведениям К.И. Чуковского)</p>	<p>- «Кто скорее к флажку» (бум, скамейка – бег на носках, канат - прыжки на одной ноге, обруч – надеть на себя). - «Кто дальше прыгнет?» - прыжки через скакалку. - «Попади в корзину» (метание мячей в корзину). - «Подлезь и не задень» - подлезание правым и левым боком.</p>	<p>«Социально- коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно- эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5- 7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно- оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Мы весёлые ребята»</i> <i>«Мышеловка»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Снежный ком»</i> <i>(Передача мяча в</i> <i>шеренге)</i></p>
<p>Народная культура и традиции</p>	<p>5 неделя</p>	<p>«Делу время - потехе час» Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх.</p>	<p>- Учить ползать по- пластунски до обозначенного места. - Повторить бег по буму, скамейке раскладывая и собирая мелкие предметы. - Закреплять умение прыгать через длинную скакалку (неподвижную).</p>	<p>«Социально- коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно- эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно- оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Невод», «Пустое место»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Необычный художник»</i></p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>февраль</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Совершаем добрые дела	1 неделя	<i>«Путешествие в сказку» (Красная шапочка)</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать через длинную скакалку (качающуюся). - Повторить ползание по-пластунски «змейкой» между предметами. - Закреплять умение ходить по гимнастическому буму, скамейке высоко поднимая колени, перешагивая предметы. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Во берлоге, во лесу»</i> <i>Поспеши, но не урони» (бег с мешочком на голове до ориентира)</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Зима»</i></p>
Азбука безопасности	2 неделя	<i>«Три волшебных цвета»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить работать на гимнастических кольцах: вис, раскачивание, соскок. - Повторить перебрасывание мяча друг другу через сетку. - Закреплять умение ползать по-пластунски в сочетании с перебежками. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. « Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду» 2009г. 160с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Кого назвали, тот ловит мяч»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Дни недели»</i></p>

<p>Наша армия родная</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Армия Российская – смелая, могучая» Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх.</p>	<p>- «Не потеряй груз» - бег по буму, скамейке с мячами (сколько сумел взять в руки из корзины). - «Спрыгни точно в намеченное место» (с бума, скамейки в обруч с высоты 30-40 см). - Элементы футбола: «Проведи мяч в ворота» - прокатывание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. - «Доберись и подай сигнал» (лазание по гимнастической стенке до колокольчика).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Верховина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Гуси - лебеди»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«У кого мяч?»</i></p>
<p>Наша голубая планета</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Земля – наш дом родной» <i>(Путешествие по планете)</i></p>	<p>- Учить лазать по канату. - Повторить перебрасывание мяча из одной руки в другую в движении до ориентира. - Закреплять умение прыгать: с 3-4 шагов коснуться предмета.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Ловишки с мячом»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Угадай кому это нужно» (профессии)</i></p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>март</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Международный женский день	1 неделя	«Бабушка, мама и я спортивная семья»	<p>- Учить прыгать вверх с 3-4 шагов с касанием предмета, подвешенного на 10-15 см выше поднятой руки – «клоун».</p> <p>- Повторить перебрасывание мяча из разных исходных положений, стоя лицом друг к другу через сетку.</p> <p>- Закреплять умение работать на гимнастических кольцах.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с.</p> <p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Пожарные на учении»</i> <i>м/п игры: ведение мяча ногами.</i></p>
Весна пришла и мы ей рады	2 неделя	«Весна идет, весне дорогу...»	<p>- Учить перебрасывать малый мяч из правой руки в левую на месте.</p> <p>- Повторить прыжки через предметы, в конце с 3-4 шагов выпрыгнуть вверх и коснуться рукой игрушки.</p> <p>- Закреплять ходьбу по гимнастическому буму или скамейке через предметы с хлопками над головой (боком).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p> <p>Соколова Л.А. «Детские Олимпийские игры: занятия с детьми 2-7лет» 2014г. 78с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Медведи и пчелы»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Стоп»</i></p>

Крылатые друзья	3 неделя	«Ждём к себе мы в гости птиц»	<ul style="list-style-type: none"> - Повторить упражнение на равновесие – ходьба по скамейке, малым мячом, дети стараются попасть в кеглю, стоящую в обруче. - Упражнять в прыжках, широким прыжком до ориентира. - Совершенствоваться в метании, в горизонтальную цель правой и левой руками. - Лазание по канату. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>Эстафеты:</i> «Большая птица» «Переправься по кочкам» <i>м/п игры:</i> «Передача мяча над головой»</p>
Неделя театра	4 неделя	«Путешествие на поле чудес» Организованная образовательная деятельность построена на подвижных играх	<ul style="list-style-type: none"> - «Сумей сбить кеглю» - дети малым мячом стараются попасть в кеглю, стоящую на скамейке. - «Сделай как можно меньше прыжков» - прыжки широким шагом до ориентира. - «Попади в обруч» - метание в горизонтальную цель. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. « Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> «Караси и щуки» <i>Эстафеты:</i> «Переправься по кочкам» <i>м/п игры:</i> «Передача мяча над головой»</p>

Общая тема	Дата <u>апрель</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Неделя детской книги	1 неделя	<p>«Что за прелесть эти сказки»</p> <p>(Путешествие по сказкам великого поэта А.С. Пушкина)</p>	<p>- Учить прыгать в высоту с разбега (30-40 см).</p> <p>- Повторить подлезание правым и левым боком в обручи, приподнятые на высоту 15 см от пола.</p> <p>- Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую, двигаясь по узкой доске.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДООУ» 2012г. 208с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p> <p>Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду» 2009г. 160с</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p><i>«Ракета»</i></p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p><i>«Море волнуется»</i></p>
Тайны планет (космос)	2 неделя	<p>«Путешествие по планетам солнечной системы»</p>	<p>-Учить перебрасывать набивной мяч снизу, стоя лицом друг к другу.</p> <p>- Повторить прыжки в высоту с разбега (30-40 см).</p> <p>- Закреплять умение «Выход в космос» - подлезание правым и левым боком под дугой.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДООУ» 2012г. 208с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p><i>«Земляне и инопланетяне»</i></p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p><i>«Мяч в кругу» (футбол с водящим)</i></p>

Неделя здоровья	3 неделя	«Сохрани своё здоровье сам»	<p>- Учить выполнять вис на гимнастической стенке, поднимая прямые ноги, держать угол, разводить ноги в стороны.</p> <p>- Повторить перебрасывание набивного мяча из-за головы вес 500гр.</p> <p>- Закреплять умение прыгать в высоту с разбега (30-40 см).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с.</p> <p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p>«Троеборье»</p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p>«Добрые слова»</p>
Тамбов – любимый край	4 неделя	<p>«Живи в веках, любимый мой Тамбов»</p> <p><i>(архитектурные объекты, беседа о городе)</i></p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх.</p>	<p>- «Обеги мяч» - бег «змейкой», обегая мячи до ориентира.</p> <p>- Эстафета «Кто быстрее» - перепрыгивание с кирпичиков на одной ноге.</p> <p>- «Пронеси волан и не урони».</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p> <p>Соколова Л.А. «Детские Олимпийские игры: занятия с детьми 2-7лет» 2014г. 78с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p>«Мы весёлые ребята»</p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p>«Угадай кому это нужно» (профессии)</p>

Общая тема	Дата <u>май</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Праздники весны и труда	1 неделя	<i>«Шуршат по дорогам весёлые шины»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - «На мосту» ходить по гимнастическому буму на носках, в руках скакалка. - «Пингвины с мячом» - эстафета (прыжки с зажатым мячом между коленями до ориентира). - «Прокати мяч между предметами» (ширина 30-40 см, длина 3-4 м). - «Кто быстрее поползёт» - ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 	«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»	Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 216с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. Игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«В огороде у ребяток»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Будь внимателен»</i> <i>Ходьба в колонне по одному с выполн. заданий для рук</i> <i>Дыхательное упражнение «Ишак»</i>
Мы помним, мы гордимся	2 неделя	<i>«Аты – баты»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить лазать по лестнице разноимённым способом. - Повторить ходьбу по буму или скамейке с мешочком на голове. - Закреплять умение бросать набивной мяч из-за головы (2,5 м). 	«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»	Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду» 2009г. 160с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Горные спасатели»</i> <i>(лазанье по гимнастической стенке)</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Что изменилось»</i>

Неделя семьи	3 неделя	«Вместе дружная семья!»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать в длину с места. - Повторить метание правой и левой рукой в горизонтальную цель с расстояния 3,5 м. - Закреплять умение лазать по гимнастической стенке (ходьба по наклонной доске боком с переходом на соседний пролёт и спуск вниз). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7 лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p><i>«Быстрые и меткие»</i></p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p><i>«Виды транспорта»</i></p>
Земля – наш общий дом /Бережное отношение к окружающему миру/	4 неделя	«Наша планета – Земля, а мы – земляне»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить метать малый мяч на дальность правой и левой рукой. - Повторить прыжки в длину с разбега (130-150 м). - Закреплять умение работать на гимнастических кольцах: вис, раскачивание, вис согнувшись, соскок. - Совершенствовать навыки лазания по верёвочной лестнице свободным способом. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Соколова Л.С. «Детские олимпийские игры: занятия с детьми 2-7 лет» 2014г. 78с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p><i>«Третий лишний»</i></p> <p><i>«Лесная эстафета»</i></p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p><i>«Мой светофорчик»</i> друг</p>

<p>Лето, цветы, насекомые</p>	<p>5 неделя</p>	<p><i>«Лето, лето к нам пришло!»</i></p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх.</p>	<p>- Ходьба с «мешочками» на голове по скамейке сначала прямо широким шагом, затем боком приставочными шагом (2-3 круга).</p> <p>- Прыжки в длину с разбега.</p> <p>- Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой.</p> <p>- Лазание по гимнастической стенке, перелезая с пролёта на пролёт.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» 2012г. 208с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие.</p> <p>Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2004г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p><i>«Садовник»</i></p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p><i>«Пас друг другу»</i></p>
--------------------------------------	-----------------	--	--	---	--	--

2.2.5 Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 6-7 лет

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

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
 2. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
 3. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
 4. Добиваться активного движения кисти руки при броске.
 5. Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
 6. Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
 7. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
 8. Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.
 9. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
 10. Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
 11. Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
- Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:
1. Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.
 2. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
 3. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).
 4. Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

1. Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой,

враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку, Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

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

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

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

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

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

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

2. *Общеразвивающие упражнения*

Упражнения для кистей рук, развития на укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки

вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам.

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

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

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.

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

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

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

3. Спортивные упражнения

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

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

Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2-3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить.

Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на коньках. Самостоятельно надевать ботинки с коньками. Сохранять равновесие на коньках (на снегу, на льду). Принимать правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Выполнять пружинистые приседания из исходного положения. Скользить на двух ногах с разбега. Поворачиваться направо и налево во время скольжения, торможения. Скользить на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Кататься на коньках по прямой, по кругу, сохраняя при этом правильную позу.

Игры на коньках. «Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др.

Катание на велосипеде и самокате. Ездить на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

4. Спортивные игры

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

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

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

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

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

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

5. Подвижные игры

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

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

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

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

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

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

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

Спортивные развлечения. «Летняя Олимпиада», «Ловкие и смелые», «Спорт, спорт, спорт», «Зимние катания», «Игры-соревнования», «Путешествие в Спортландию».

Формы обучения

Задачи	Формы и методы
Развивать проявление интереса к качеству выполнения движений и количественным показателям.	- непосредственно образовательная деятельность;
- Приучать осмысленно относиться к достижению точности и правильности	- развивающая игровая деятельность;
	- подвижные игры;
	- спортивные игры и упражнения;

<p>выполнения движений.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Совершенствовать ранее освоенные движения. - Создавать условия для самостоятельной двигательной деятельности. - Способствовать развитию двигательных умений и навыков, необходимых физических качеств и общей выносливости организма. - Добиваться коллективного результата при проведении подвижных игр, спортивных игр, физкультурных упражнений в соревновательной форме. - Формировать у детей потребность в ежедневной активной двигательной деятельности. - Добиваться правильной техники выполнения движений. - Продолжать учить согласовывать свои движения с движениями товарищей. - Приучать разумно распределять свои силы, организованно переключаться на другие виды деятельности. - Учить бегать на перегонки с преодолением препятствий. - Продолжать учить сочетать замах с броском при метании. - Учить кататься на коньках. - Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры, соблюдая заданный темп. - Продолжать упражнять в статическом и динамическом равновесии. - Учить сочетать замах с броском при метании. - Учить лазать по стенке меняя темп, перелезть на другой пролет по диагонали. - Учить прыгать в высоту, длину с разбега, сочетая разбег с отталкиванием. прыгать через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. - Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться. - Выполнять движения ритмично, в указанном темпе. - Учить выполнять упражнения из разных исходных положений. - Продолжать учить самостоятельно скатываться с горки. - Учить скользить по ледяным дорожкам, скользить с невысокой горки. - Учить кататься на самокате, двухколесном 	<ul style="list-style-type: none"> - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; - закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течение дня.
---	---

велосипеде.

- Учить самостоятельно надевать коньки, сохранять равновесие на коньках, кататься по прямой, отталкиваясь поочередно.
- Учить элементам спортивных игр.
- Продолжать учить самостоятельно организовывать подвижные игры, варианты игр, комбинировать движения.
- Формировать потребность в ежедневной двигательной активности.

Календарно – тематическое планирование

Общая тема	Дата <u>сентябрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
<p>День знаний</p> <p>Здравствуй, детский сад!</p>	<p>1 неделя</p>	<p><i>«Путешествие Буратино по стране знаний»</i></p> <p><i>«Детский сад детям рад!»</i></p>	<p>- Учить ходить сохраняя равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры, по гимнастическому буму, скамейке боком, приставным шагом, руки за голову.</p> <p>- Повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперёд до обозначенного места.</p> <p>- Закреплять подлезание в обруч правым и левым боком.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p><i>«Кто скорее к флажку»</i></p> <p><i>«Ловишка с лентами»</i></p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p><i>«В огороде у ребяток»</i></p> <p><i>Дыхательное упражнение «Гуси»</i></p>
<p>Внимание-улица</p>	<p>2 неделя</p>	<p><i>«Дорожная азбука»</i></p>	<p>- Учить бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками, не менее 20 раз, а одной – не менее 10 раз подряд.</p> <p>- Повторить ходьбу гимнастическим шагом по скамейке с мячом, на каждый шаг, фиксирую положение мяча (вниз, вперёд, вверх).</p> <p>- Закреплять умение прыгать с мячом между кеглями, мяч зажат между колен.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры</p> <p>Использование физкультминуток и дыхательной гимнастики во время непосредственно образовательной деятельности в группе.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p><i>«Не оставайся на полу»</i></p> <p><i>«Караси и щука»</i></p> <p><i>м/п игры: «Затейники»</i></p>

<p>Все профессии нужны, все профессии важны</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Профессии в детском саду»</p>	<p>- Учить ползать на четвереньках по гимнастической скамейке. - Повторить броски мяча с хлопками, поворотами и другими заданиями. - Закреплять умение ходить по гимнастическому буму или скамейке.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду» 2009г. 160с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Жмурки с мячом»</i> <i>«Лягушки и цапли» (прыжки)</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Быстро передай»</i> <i>Релаксация «Каравай»</i></p>
<p>Во саду ли, в огороде</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Дары Осени»</p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх</p>	<p>- Повторить упражнение на равновесие бег по скамейке на носках. - Упражнять в прыжках, прыжки через кубики разной высоты (высота 15-20-30 см). - Совершенствоваться в метании, бросок мяча в баскетбольную корзину. - Закреплять умение, пролезать в «воротики» (дуги).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Чья команда больше забросит мячей в корзину»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Фигуры»</i> <i>Дыхательное упражнение «Ишак»</i></p>

Общая тема	Дата <u>октябрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
У медведя во бору /лес, грибы, ягоды/	1 неделя	<i>«Осень – чудесная пора»</i> (экскурсия в осенний лес на велосипеде)	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать вверх из глубокого приседа, продвигаясь вперёд. - Повторить перебрасывание мяча в парах из и. п. стоя и сидя на коленях, лицом друг к другу. - Закреплять ползание на низких четвереньках по наклонной доске, по скамейке, спуск тоже по наклонной доске. 	<ul style="list-style-type: none"> «Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие» 	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в Д ОУ» 2012г. 224с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 123с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Быстро возьми, быстро положи»</i> <i>«Шišики, желуди, орехи»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Верішкы и корешкы»</i>
День классической музыки	2 неделя	<i>«Волшебная страна музыкальных красок»</i> («Времена года» П. И. Чайковского)	<ul style="list-style-type: none"> - Учить бросать мяч в кольцо двумя руками от груди. - Повторить бег в среднем темпе, во время которого дети пробегают по скамейкам, бревну. - Закреплять умение прыгать через скамейку по 3-5 раз подряд. Прыгать, продвигаясь от одной стороны площадки до другой. Вращать скакалку вперёд и назад. 	<ul style="list-style-type: none"> «Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие» 	Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Кто быстрее соберется у своего дерева»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Деревья, кусты, трава»</i> <i>Дыхательное упражнение «Петух»</i>

	3 неделя	«Цирковое представление»	<p>-Учить ходить по гимнастическому буму на носках, приседая на одной ноге, другую прямую махом пронося сбоку вперед.</p> <p>- Повторить прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие (высота 20 см).</p> <p>- Закреплять умение ползать на высоких четвереньках, перешагивая через предметы на скамейке (кирпичики).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с.</p> <p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> «Охотники и утки»</p> <p><i>Элементы городков</i> «Попади-сбей кеглю»</p> <p><i>м/п игры:</i> «Назови гриб»</p> <p><i>Дыхательное упражнение</i> «Часики»</p>
Золотая осень	4 неделя	«Осенний пейзаж»	<p>- Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом; прямо, перешагивая палку, которую держат дети поперёк скамейки (2-3 раза).</p> <p>Эстафета «Кто быстрее через препятствия к флажку»: прыжки на 2-х ногах через скамейку, обратно – бег по скамейке.</p> <p>Элементы футбола – вести мяч ногой между кеглями «змейкой».</p> <p>«Проползи и не задень» - подлезание в воротца (высота 40-50 см).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. « Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> «Совушка»</p> <p><i>м/п игры:</i> «Эхо»</p>

Общая тема	Дата <u>ноябрь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
<p>Россия – родина моя.</p> <p>День народного единства</p>	1 неделя	<p><i>«Любовь к Отчизне пронесем, ценя её с рождения»</i></p>	<p>- Учить отбивать мяча о пол правой и левой рукой поочередно, стоя на месте.</p> <p>- Повторить ходить по гимнастическому буму или скамейке, приседая на одной ноге, пронося другую сбоку, фиксируя движение руками.</p> <p>- Закреплять умение прыгать вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие (высота 20 см).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с.</p> <p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с.</p> <p>Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Перелёт птиц»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Затейники»</i> <i>Дыхательное упражнение «Сова»</i></p>
<p>Неделя пожарной безопасности</p>	2 неделя	<p><i>«Мы отважные пожарные»</i></p>	<p>- Учить работать на гимнастических кольцах: вис, раскачивание, вис согнувшись, соскок.</p> <p>- Повторить ведение мяча одной рукой в движении.</p> <p>- Закреплять умение подпрыгивать до предметов, подвешенных на 25-30 см выше поднятой руки с места и с разбега.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с.</p> <p>Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Мышеловка»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Эхо»</i> <i>Психогимнастика релаксация</i> <i>«Точит кошка коготки.»</i></p>

<p>Неделя здоровья</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Играя в спортивные игры, растем мы, крепкими и здоровыми»</p>	<p>- Учить ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками и толкаясь ногами. - Повторить работу с мячом в движении одной рукой, по сигналу перейти на бег. - Закреплять умение ходить по гимнастическому буму или скамейке, выполняя приседания на середине бума, руки вперед.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Рыбак и рыбки»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Море волнуется»</i> <i>Дыхательные упражнения</i> <i>«Насос»</i></p>
<p>Рукотворный мир</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Спорт – здоровье, спорт – помощник, спорт – игра» (школа мяча)</p>	<p>- Учить прыгать на мягкое покрытие с высоты 30 см на обозначенное место (со скамейки). - Повторить ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках с рюкзаком на спине. - Закреплять умение перебрасывать мяч через сетку из-за головы, снизу, от груди.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. « Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Охотники и звери»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Превращение в животных»</i> <i>Простучать ритмический рисунок в медленном темпе.</i></p>

<p>День матери</p>	<p>5 неделя</p>	<p>«Мамы, сыночки и дочки»</p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх</p>	<p>- «Перетяни за черту» (в парах перетягивают за руки друг друга у черты).</p> <p>- Прыжки через скакалку, вращая её вперёд и назад; прыжки с ноги на ногу.</p> <p>- «Ловись, рыбка» (входящий ловит «рыбку» в обруче).</p> <p>- Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками и толкаясь ногами.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке.</p> <p><i>Подвижные игры: «Лягушки и цапля»</i></p> <p><i>Комбинированная эстафета.</i></p> <p><i>м/п игры: «Быстро передай»</i></p>
---------------------------	-----------------	--	---	---	---	---

Общая тема	Дата <u>январь</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Неделя вежливости	2 неделя	«Вежливые слова»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом. - Повторить ходьбу, сохраняя равновесие по уменьшенной площади опоры, по гимнастическому буму, скамейке с мячом в руках на носках, на середине поворот вокруг себя. - Закреплять умение прыгать в длину с места (не менее 100 см). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Ловишки с ленточкой»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Угадайте, что я делаю?» (Виды спорта)</i></p>
Зимующие птицы	3 неделя	«Пернатые друзья»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить метать маленький мяча в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой (расстояние 3 м). - Повторить лёгкий бег на носках с обручем в руках по гимнастическому буму, скамейке сохраняя равновесие. - Закреплять умение ползать по-пластунски под шнуром до ориентира (4-5 м). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Горелки»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Вокруг снежной бабы»</i></p>

<p>Поэты детям</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Веселая поэзия, любимая детьми» <i>(по произведениям К.И. Чуковского)</i></p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх.</p>	<p>- «Брось мяч в корзину одной рукой от плеча» (баскетбол). - «Проведи шайбу клюшкой вокруг предметов» (хоккей). - «Отбери мяч у противника ногой» (футбол). - «Подбрось и поймай мяч на ракетку после отскока от пола» (бадминтон). - «Опиши свой любимый снаряд» (спортивные упражнения).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> «Мороз – красный нос» «Воевода с мячом» <i>м/п игры:</i> «Платочек»</p>
<p>Народная культура и традиции</p>	<p>5 неделя</p>	<p>«Делу время - потехе час»»</p>	<p>- Учить прыгать через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу, на одной ноге). - Повторить метание малого мяча в вертикальную цель, стоя на коленях. - Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через палку.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 208с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> «Не попадись» <i>м/п игры:</i> «Разверни круг»</p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>февраль</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Совершаем добрые дела	1 неделя	«Путешествие по сказкам, или проделки БАБЫ ЯГИ» «Путешествие в сказку» (Красная шапочка)	<ul style="list-style-type: none"> - Учить работать на гимнастических кольцах: вис, раскачивание согнувшись, стойка, соскок. - Повторить прыжки через короткую скакалку. - Закреплять умение метать маленький мяч в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой (расстояние 3 м). 	«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> «Совушка» <i>Эстафета со скакалкой</i> <i>м/п игры:</i> «Добрые слова»
Азбука безопасности	2 неделя	«Три волшебных цвета»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить подлезать под дугу в группировке (40-50 см). - Повторить метание малого мяча в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой (расстояние 3 м). - Закреплять умение прыжки через короткую скакалку на месте в парах. - Совершенствовать ходьбу по гимнастическому буму навстречу друг другу, на середине разойтись, уступая дорогу. 	«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»	Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> «Кого назвали тот и ловит» <i>м/п игры:</i> «Необычный художник»

<p>Наша армия родная</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Армия Российская – смелая, могучая»</p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на подвижных играх</p>	<p>- Эстафета «Бег по гимнастическому буму на носках, соскок в обозначенное место».</p> <p>- «Сумей допрыгать» - бег до ориентира, прыгая через короткую скакалку.</p> <p>- «Достань флажок» - лазанье по гимнастической стенке до флажка с переходом на соседний пролёт и спуск вниз.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с.</p> <p>Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p> <p>Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. « Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p>«Ловишки с мячом»</p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p>«Дни недели»</p> <p>«Палочка выручалочка»</p>
<p>Наша голубая планета</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Земля – наш дом родной»</p> <p><i>(Путешествие по планете)</i></p>	<p>- Учить прыгать с разбега в высоту на мягкое покрытие (не менее 50 см).</p> <p>- Повторить, ходьбу сохраняя равновесие по уменьшенной площади опоры, по гимнастической скамейке, высоко поднимая ногу вперёд, выполняя хлопок под ногой, соскок на мягкое покрытие.</p> <p>- Закреплять умение работать с ракеткой, отбивая волан в движении до ориентира.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие»</p> <p>«Познавательное развитие»</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с.</p> <p>Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p>«Жмурки с колокольчиком»</p> <p><i>м/п игры:</i></p> <p>«Придумай фигуру»</p>

Общая тема	Дата март	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Международный женский день	1 неделя	<i>«Бабушка, мама и я спортивная семья»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ходить по гимнастическому буму, поднимая поочередно ногу вперёд и перекладывая ракетку под ногой из одной руки в другую. - Повторить отбивание волана ракеткой (3-5 раз), стоя на месте, правой и левой рукой. - Закреплять умение подлезать под дугу правым, левым боком за ракеткой. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Кто быстрее к флажку»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Как у нашей мамы руки»</i></p>
Весна пришла и мы ей рады	2 неделя	<i>«Весна идет, весне дорогу...»</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать через длинную скакалку: пробегать под вращающейся скакалкой, перепрыгнуть через неё с места, вбегать под вращающуюся скакалку. - Повторить лазание по лестнице чередующимся способом. - Закреплять ходьбу по шнуру (8 - 10 м) с мешочком на голове (200 г). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Соколова Л.А. «Детские Олимпийские игры: занятия с детьми 2-7лет» 2014г. 78с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Горелки»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Мамины помощники»</i></p>

<p>Крылатые друзья</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Ждём к себе мы в гости птиц»</p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на подвижных играх</p>	<p>- Повторить прыжки с разбега в высоту на мягкое покрытие (не менее 50 см). - Упражнять в ходьбе сохраняя равновесие по уменьшенной площади опоры, по гимнастической скамейке, высоко поднимая ногу вперёд, выполняя хлопок под ногой, соскок на мягкое покрытие. - Совершенствоваться в работе с ракеткой, отбивая волан в движении до ориентира. «Удержи теннисный мяч на ракетке».</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке, игры <i>Подвижные игры:</i> «Чьё звено скорее соберётся», «Трамвай» <i>м/п игры:</i> «Эхо»</p>
<p>Неделя театра</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Путешествие на поле чудес»</p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на подвижных играх</p>	<p>- «Бег до ориентира». - «Движение без волана, имитируя удары справа, слева». - «Перебрасывание волейбольного мяча, через сетку» (работа в парах).</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2004г. 104с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> «Жмурки с колокольчиком» <i>м/п игры:</i> «Придумай фигуру»</p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>апрель</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Неделя детской книги	1 неделя	«Что за прелесть эти сказки» (Путешествие по сказкам великого поэта А.С. Пушкина)	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ходить в колонне по одному, по гимнастической скамейке с мешочками на голове; по команде, присесть, встать (10-12 раз); - на втором занятии подбрасывание мешочков и ловля одной рукой (10 раз). - Повторить прыжок с разбега в высоту на мягкое покрытие. - Закреплять умение вис на гимнастической лестнице – развести ноги в стороны, соединить, поднять вверх. 	«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду» 2009г. 160с	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> «Невод» <i>м/п игры:</i> «Будьте внимательны»
Тайны планет (космос)	2 неделя	«Путешествие по планетам солнечной системы»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить ходить по гимнастическому буму, скамейке на носках, на середине выполнить ласточку, соскок на мягкое покрытие. - Повторить вис на гимнастической лестнице – поднять ноги и держать угол. - Закреплять умение метать в горизонтальную цель с расстояния 3,5-4 м. 	«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> «Ракета» <i>м/п игры:</i> «Стоп»

<p>Неделя здоровья</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Сохрани своё здоровье сам»</p>	<p>- Учить работать с ракеткой: на месте отбивая шарик правой и левой рукой. - Повторить ходьбу по гимнастическому буму, скамейке на носках, на середине выполнить ласточку, соскок на мягкое покрытие. - Закреплять умение работать на гимнастической лестнице вис– поднять ноги и держать угол. - Совершенствовать умение прыжки с разбега в высоту на мягкое покрытие.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры: «Лесное троеборье» м/п игры: «Дни недели»</i></p>
<p>Тамбов – любимый край</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Живи в веках, любимый мой Тамбов» <i>(архитектурные объекты, беседа о городе)</i> Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх.</p>	<p>- «Кто быстрее соберётся?» Бег по рейке гимнастической скамейке, перемена мест. - Прыжки, через обруч, вращая его вперёд. (Бег со скакалкой) - «Передал - садись» «Огненный мяч» Перебрасывание мяча друг другу. - «Отбивание мяча теннисной ракеткой в движении».</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры: «Рыбак и рыбки». Эстафета: «Быстро разложи – быстро собери» м/п игры: «Перебрось - поймай»</i></p>

Общая тема	<u>Дата</u> <u>май</u>	Темы периодов непрерывной образовательной деятельности	Основные предметные цели	Интеграция с образовательными областями	Дополнительное методическое обеспечение	Реализация тем в режимных моментах, совместной деятельности
Праздник весны и труда	1 неделя	«Шуршат по дорогам весёлые шины»	<ul style="list-style-type: none"> - «Полоса препятствий». Бег по скамейке на носках. - «Полоса препятствий»: прыжки через модули разной высоты (высота 15-20-30 см). - «Кто больше забросит мячей в баскетбольную корзину». - «Пролезание в воротики». 	«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Верхозина Л.Г. Заикина Л.А. «Гимнастика для детей 5-7 лет» 2013г. 126с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с.	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Круговая лопта»</i> <i>«Чья команда больше забросит мячей в корзину»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Фигуры»</i> <i>Дыхательное упражнение «Ишак»</i>
Мы помним, мы гордимся	2 неделя	«Аты – баты»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить прыгать с разбега в длину, обращая внимание на приземление (не менее 180-190 см). - Повторить ходьбу по гимнастическому буму, скамейке на середине выполнить ласточку. - Закреплять умение работать с теннисной ракеткой в парах (подача снизу). 	«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»	Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду» 2009г. 160с	Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> <i>«Садовник»</i> <i>м/п игры:</i> <i>«Запрещённые движения»,</i> <i>«Найди цветок»</i>

<p>Неделя семьи</p>	<p>3 неделя</p>	<p>«Вместе дружная семья!»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить лазать по канату (в три приёма). - Повторить прыжок с разбега в длину, обращая внимание на толчок. - Закреплять умение ходить по гимнастическому буму, скамейке на середине выполнить ласточку. - Совершенствоваться в умении работать с теннисной ракеткой в парах (удар сверху, отбивая о пол). 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> «Пчёлки и ласточки» <i>м/п игры:</i> «Насекомые»</p>
<p>Земля – наш общий дом /Бережное отношение к окружающему миру/</p>	<p>4 неделя</p>	<p>«Вместе весело шагать по просторам»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Учить метать на дальность на расстояние 6-10 м. - Повторить лазание по канату (в три приёма). - Закреплять умение прыгать с разбега в длину, обращая внимание на толчок. 	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Анисимова М.С. Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность детей 5-7 лет» 2017г. 256с. Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Соколова Л.С. «Детские олимпийские игры: занятия с детьми 2-7 лет» 2014г. 78с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке. <i>Подвижные игры:</i> «Охотники и звери» <i>м/п игра:</i> «Передача мяча по кругу».</p>

<p>Лето, цветы, насекомые</p>	<p>5 неделя</p>	<p>«Лето, лето к нам пришло!»</p> <p>Организованная образовательная деятельность построена на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх.</p>	<p>- «Кто быстрее?» (перемена мест) бег. - «Отмерялки», чья команда дальше прыгнет. - «Ловкие футболисты». Ведение мяча ногой. - Комбинированная эстафета: ползание по скамейке, подтягиваясь руками; - три прыжка через скакалку, обруч, - подлезание под дугой (обруч), - перепрыгивание через рейку.</p>	<p>«Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие» «Речевое развитие» «Художественно-эстетическое развитие»</p>	<p>Бондаренко Т.М. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ» 2012г. 224с. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. « Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» 2017г. 246с. Утробина К.К. «Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7лет» 2003г. 128с.</p>	<p>Непосредственно образовательной деятельности, утренняя гимнастика, на прогулке.</p> <p><i>Подвижные игры:</i> <i>«Лодочки» и «Пассажиры»</i> <i>Спортивная игра: «Пионербол»</i> <i>м/п игра: «Мяч водящему»</i></p>
--	-----------------	--	---	--	--	---

Организация двигательного режима в разновозрастных группах

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Непосредственно образовательная деятельность	2 часа/нед (15 минут)	2 часа/нед (20 минут)	2 часа/нед (25 минут)	2 часа/нед (30 минут)
Непосредственно образовательная деятельность на воздухе	1 час/нед (15 минут)	1 час/нед (20 минут)	1 час/нед (25 минут)	1 час/нед (30 минут)
Утренняя гимнастика	10 минут	10 минут	10-12 минут	12-15 минут
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	8-10 минут	10-12 минут	12 минут	15 минут
Гимнастика после дневного сна	5-10 минут			
Спортивные развлечения	20 минут 1 раз в месяц	30 минут 1 раз в месяц	30 минут 1 раз в месяц	40-50 минут 1 раз в месяц
Спортивные праздники		30 минут 1 раз в квартал	30-40 минут 1 раз в квартал	50-60 минут 1 раз в месяц
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно			

2.3 Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями

В процессе образовательной деятельности по физическому развитию следует обращать внимание на одновременное решение задач других образовательных областей:

1. «Социально-коммуникативное развитие»: создание в процессе образовательной деятельности по физическому развитию педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников; привлечение детей к расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.

2. «Познавательное развитие»: активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей), организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве, подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем (имитация движения животных, труда взрослых).

3. «Речевое развитие»: побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой; организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок и потешек.

4. «Художественно-эстетическое развитие»: привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и инструктора по физической культуре, оформления спортивного зала; использование в процессе непосредственно образовательной деятельности изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания), рисование мелом разметки для

подвижных игр; организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыку, пение; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

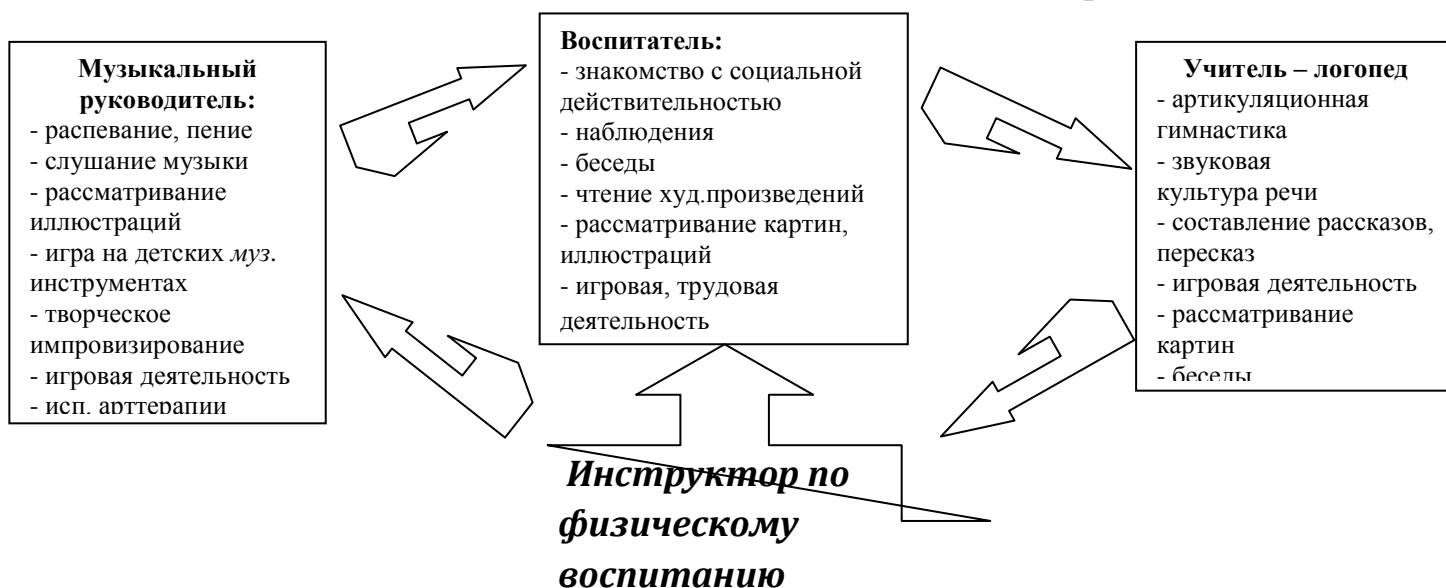
2.4 Объём образовательной деятельности и её продолжительность в разных возрастных группах

Возрастные группы	Количество занятий (общее)	Количество занятий в неделю	Продолжительность занятия
Группа с 3 до 4 лет	114	3	15 мин.
Группа с 4 до 5 лет	114	3	20 мин.
Группа с 5 до 6 лет	114	3	25 мин.
Группа с 6 до 7 лет	114	3	30 мин

2.5 Здоровьесберегающие технологии, используемые на физкультурных занятиях.

1.	корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	ежедневно
2.	зрительная гимнастика	ежедневно
3.	пальчиковая гимнастика	ежедневно
4.	дыхательная гимнастика	ежедневно
5.	динамические паузы	ежедневно
6.	музыкотерапия	ежедневно
7.	сказкотерапия	ежедневно

2.6 Модель взаимодействия инструктора по физической культуре с воспитателями и педагогами дополнительного образования.



III Организационный раздел

3.1 Материально-технические условия.

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в дошкольном учреждении созданы определённые условия: спортивный зал оснащен спортивным комплексом, гимнастической стенкой, тренажёрами, комплексами для волейбола и баскетбола. В нём представлено необходимое разнообразное современное оборудование (гимнастические скамейки, спортивные маты, наклонные доски, дуги для подлезания, стойки, имеются в наличии мячи и обручи всех диаметров, мешочки с песком, канаты, скакалки, гимнастические палки, ленты, косички и другое необходимое оборудование), которое

- Способствует укреплению мышц туловища, плечевого пояса, рук, ног, а также развитию двигательной активности и координации движений;
- Повышает эффективность упражнений и повседневных игр

Ребристые дорожки, массажные коврики, мячи-хоппы для работы с детьми имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата.

Спортивный зал оснащен необходимым современным спортивным оборудованием (гимнастические скамейки, спортивные маты, гимнастическая стенка, наклонные доски, ребристые дорожки, комплексы для волейбола и баскетбола, дуги для подлезания, массажные коврики для профилактики плоскостопия, имеются в наличии мячи всех диаметров, обручи, мешочки с песком, канаты, гимнастические палки и другое необходимое оборудование). Все это позволяет обеспечивать высокую моторную плотность занятий. Спортивная площадка оснащена необходимым инвентарем и оборудованием: «яма» для прыжков в длину, «полоса препятствий» для развития выносливости, имеется гимнастический комплекс, дорожка для бега, бревно для равновесия, в зимнее время прокладывается лыжня. Разработаны картотеки подвижных игр, дыхательных упражнений, физкультминуток, пальчиковых игр, упражнений для развития основных движений.

Содержание	Основное оборудование
<i>Спортивный зал</i>	<ul style="list-style-type: none">- стационарная «Дорожка здоровья» для профилактики плоскостопия и закаливания,- тренажер «Беговая дорожка»- стенка шведская гимнастическая (5)- спортивные маты (5)- скамейка гимнастическая (5)- мягкие модули- ребристые доски- приставные лестницы (2)- приставная горка (1)- щит баскетбольный с корзиной (3)- щит-мишень (2)- дуги для подлезания (2)- канаты (4)- обручи пластмассовые- палки гимнастические- мячи: резиновые, мячи -массажеры, мячи-хоппы, фитбол- мячи.- скакалки- шнуры разной длины- гантели детские- мешочки с грузом- нетрадиционные виды спортивного оборудования, изготовленные педагогами

Спортивная площадка	-баскетбольная площадка - беговая дорожка - яма для прыжков - футбольное поле - лесенки для лазания - гимнастическое бревно
Спортивные уголки в группах	- мягкие модули -мешочки с грузом - «дорожки здоровья» для профилактики плоскостопия и закаливания - мячи разного диаметра - обручи пластмассовые - нетрадиционные виды спортивного оборудования, изготовленные педагогами
Технические средства	- фортепиано - переносной магнитофон - музыкальный центр

3.2 Методическое обеспечение

- 1 Глазырина Л.Д. «Физическая культура дошкольникам». - М.: Владос, 2001.
- 2 Сучкова И.М., Мартынова Е.А. Физическое развитие. Планирование по освоению образовательной области детьми 2 – 4 лет по программе «Детство» - Волгоград : Учитель. 2017г. 199 с.
- 3 Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ – Воронеж: ИП Лакоценин С.С., 2012. - 176с.
- 4 Карпухина Н.А. Конспекты занятий в первой младшей группе детского сада. – Воронеж: ИП Лакоценин С.С., 2013. - 160с.
- 5 Кириллова Ю.А. Физкультурные упражнения и подвижные игры. – СПб.: «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2005. – 144с.
- 6 Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): программно-методическое пособие. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2000. - 296с.
- 7 Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ. Информационно-методические материалы, планирование, и др. – Учитель, 2007. 238с.
- 8 Утробина К.К. Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5 лет. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2004. 104с.
- 9 Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» - Волгоград : Учитель, 2017. – 246 с.
- 10 Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: - СПб.: «Детство-пресс», 2003. 352с.
- 11 Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ: - Воронеж: ИП Лакоценин С.С., 2012. - 208с.
- 12 Картушина М.Ю. Праздники здоровья для детей 4-5 лет. Сценарии для ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2008. - 96с.
- 13 Подольская Е.И. Формы оздоровления детей 4-7 лет: кинезиологическая и дыхательная гимнастика, комплексы утренних зарядок. – Волгоград: Учитель, 2009. -207с.
- 14 Соколова Л.А. Детские олимпийские игры: занятия с детьми 2-7 лет. – Волгоград: Учитель, 2014 – 78с.

- 15 Утробина К.К. Занимательная физическая культура в детском саду для детей 3-5 лет. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2004. 104с.
- 16 Анисимова М.С. Хабарова Т.В. Двигательная деятельность детей 5-7 лет. СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017. – 256 с. – (Методический комплект программы «Детство»).
- 17 Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ: - Воронеж ИП Лакоценин С.С., 2012г. -216с.
- 18 Верхозина Л.Г., Заикина Л.А. Гимнастика для детей 5-7 лет: программа, планирование, конспекты занятий, рекомендации. – Волгоград: Учитель, 2013. -126с.
- 19 Утробина К.К. Занимательная физическая культура в детском саду для детей 5-7 лет. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003. - 128с.
- 20 Харченко Т.Е. Физкультурные праздники в детском саду. Сценарии спортивных праздников и развлечений. – СПб.: «ДЕТСТВО - ПРЕСС». 2009. - 160с.
- 21 Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ: - Воронеж ИП Лакоценин С.С., 2012г. -224с.

3.3 Система взаимодействия инструктора по физической культуре и родителей в процессе физического воспитания дошкольников.

Цель:

Разработка способов взаимодействия детского сада и родителей как фактора позитивного физического развития ребенка.

Задачи:

- обеспечение физического и эмоционального развития ребенка в дошкольном учреждении и семье
- формирование у детей стремления к сохранению своего здоровья через наличие устойчивого интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями
- повышение педагогической культуры родителей
- стимулирование родителей как участников единого образовательного пространства к поиску оптимального стиля общения с ребенком.

Принципы взаимодействия с семьей:

- единство целей и задач воспитания здорового ребенка в ДОУ и семье (оно достигается посредством координации усилий педагогов и родителей в данном направлении
- ознакомление родителей с основным содержанием, методами и приемами оздоровительной работы в ДОУ и изучение педагогами успешного опыта семейного воспитания)
- индивидуальный подход к каждому ребенку и каждой семье
- систематичность и последовательность работы в течение всего периода пребывания ребенка в ДОУ
- взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей, базирующиеся на укреплении авторитета педагогов в семье, а родителей – в детском саду
- формирование отношения к родителям, как к равноправным партнерам в образовательно-воспитательном процессе.

План совместных мероприятий родителей и педагогов по физическому воспитанию детей:

❖ Дни открытых дверей. Посещение родителями физкультурных занятий. Родителям предоставляется возможность понаблюдать за своим ребенком, что позволяет оценить результат своего воспитания.

❖ Изучение семейных традиций, положительное влияние добрых семейных отношений на всесторонне формирование личности ребенка. Они играют важную роль в развитии личной культуры и духовной жизни, обеспечении преемственности поколений.

Содержательную сторону традиции физического воспитания в семье определяют различные его формы: организация условий жизни (режим дня, рацион питания, комплекс культурно-гигиенических навыков); физические упражнения (подвижные и спортивные игры); физкультурно-оздоровительные мероприятия (туризм, семейные праздники с элементами физкультуры и спорта, посещение спортивных зрелищ); способы и приемы формирования у подрастающего поколения мотивации к здоровому образу жизни (беседы, чтение литературных произведений, личный пример родителей и других членов семьи).

❖ Анкетирование и опрос родителей по выявлению потребности в оздоровлении детей.

❖ Конкурс «Спортивный фотоальбом моей семьи». Создание родителями вместе со своими детьми фотокомпозиции на спортивную тему.

❖ Конкурс детских рисунков «Мой выходной день или как мы занимаемся спортом».

❖ Конкурс «Спортивная эмблема моей семьи». Изготовление эмблемы здоровья семьи совместно с ребенком.

❖ Спортивно-музыкальные праздники «Мама, папа, я – спортивная семья», «Мы умеем дружно жить», «Школа мяча», «Весенний марафон», «Здравствуй, лето» и другие с родителями.

❖ Участие в городских спортивных мероприятиях. Родители здесь – активные участники и помощники педагогов.

❖ Консультационный пункт для родителей-1 раз в неделю. Разработаны и предоставляются консультации и памятки для педагогов и родителей по физкультурно-оздоровительной работе с детьми: «Как правильно организовать занятия физическими упражнениями дома»; «Гимнастика для глаз»; «Профилактика нарушения осанки и плоскостопия»; «Игры с обручем»; «Малоподвижные игры»; «Учим детей ходить на лыжах» и другое.