|  |
| --- |
|  |

Российская Федерация

Тюменская область

Ханты – Мансийский автономный округ – Югра

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Ваховский детский сад «Лесная сказка»

Рассмотрено на педсовете 30.08. 2019 г пр. № 52

**Рабочая учебная программа**

по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования для групп общеобразовательной направленности детей от 2 до 7 лет в соответствии требованиям ФГОС ДОУ

на 2019 – 2020 учебный год

Образовательная область «**Физическое развитие**»

Руководитель физического воспитания: Гончар Л.А.

**Информационная карта программы**

|  |  |
| --- | --- |
| Полное наименование программы | Рабочая учебная программа  По реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования (ФГОС) групп общеобразовательной направленности детей от 2до 7 лет. |
| Учредитель программы | Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Ваховский детский сад «Лесная сказка» |
| Руководитель программы | Бусыгина Вера Константиновна |
| Адрес организации | Ул.Таежная 18, с.п. Ваховск, Нижневартовский район, Ханты-Мансийский автономный округ - Югра, Тюменская область, 628656, т\ф 21-60-97, [dsvah1988@mail.ru](mailto:dsvah1988@mail.ru) |
| Направленность | Развивающая – оздоровительная |
| География | Россия |
| Продолжительность реализации | 5 лет |
| Цель программы | Укрепление и сохранение здоровья дошкольников. |
| Предполагаемые результаты | Развитие физических качеств: силы, гибкости, ловкости, быстроты, выносливости. , снижение уровня заболеваемости, формирование основ здорового образа жизни дошкольников. |
| Краткая аннотация | Программа направлена на формирование физических качеств дошкольников, имеет приоритет оздоровительной направленности, направлена на физическую подготовку дошкольников к школе, на профилактику нарушений опорно-двигательного аппарата, на воспитание интереса к физической культуре и на формирование основ здорового образа жизни. |

**часть1. Целевая**

**Содержание**

**I. Пояснительная записка.**

1.1. Цель и задачи образовательной программы.

1.2. Методы и формы организации работы по физическому воспитанию.

1.3. Принципы организации занятий.

1.4. Структура занятий.

1.5. Формы проведения физкультурных занятий.

1.6. Способы, применяемые в образовательной области «Физическое развитие».

1.7. Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями.

1.8. Форма проведения и продолжительность утренней гимнастики.

**II. Содержание психолого педагогической работы:**

2.1.Первая и вторая младшая группа ( 2-4 года)

2.2. Средняя группа (от4 до 5 лет)

2.3. Старшая группа( 5-6 лет)

2.4. Подготовительная группа( 6-7 лет)

2.5. Перспективное планирование НОД по физической культуре.

**III. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов.**

**IV. Организация работы в образовательной области” Физическое развитие” на 2019-2020 учебный год.**

2.1. График работы утренней гимнастики на 2019-2019 учебный год.

2.2. Сетка занятий физкультурных занятий на 2019-2020учебный год.

2.3. Перспективное планирование физкультурных развлечений досугов на 2019-2020 учебный год.

2.4. Перспективное планирование работы с родителями на 2019-2020 учебный год.

2.5. Перспективное планирование с воспитателями на 2019-2020 учебный год.

2.6. Тематическое планирование образовательной области « Физическое развитие».

2.7. Содержание физкультурно-оздоровительной работы.

**I. Пояснительная записка**

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармонически развитой личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, развитие физических качеств: ловкости, силы, выносливости, быстроты, гибкости.. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды. Главной задачей, стоящей при разработке программы, является создание такого документа, который поможет руководителю физического воспитания правильно организовать физкультурно – оздоровительный процесс в соответствии с требованиями ФГОС ДОУ.

**Основанием программы для разработки служит:**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ.

2. Устав МБДОУ «Ваховский детский сад «Лесная сказка».,

3. Сан - Пин 2.4.1.3049-13 от 15 мая 2013 г. № 26.

В Рабочей программе максимально учитываются возрастные и индивидуальные особенности воспитанников.

В данной рабочей программе представлена модель занятий, разработанная на основе данных о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей дошкольного возраста.

**Цель программы – укрепление и сохранение здоровья дошкольников.**

**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.

Для решения задач физического воспитания детей в детском саду используются следующие  педагогические средства: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, физкультурные развлечения, спортивные праздники и досуги.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим дня, питание, закаливание и движение (гимнастики, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные занятия, спортивные развлечения, досуги, праздники в сотрудничестве с родителями, законными представителями детей).

Кроме того задачи, направленные на физическое развитие детей решаются индивидуально, в других видах деятельности, проводимые воспитателем в группе (динамические паузы, малоподвижные игры и др.).

В группах созданы уголки физической культуры, где располагаются различные пособия, в том числе и для профилактики плоскостопия. В детском саду имеется музыкально-спортивный зал для занятий. Налажено сотрудничество по данному направлению с родителями воспитанников. Разработан план совместных спортивных мероприятий: праздников, дней здоровья, консультаций, походов, совместных оздоровительных проектов. Всё это повышает интерес дошкольников к физической культуре, увеличивает эффективность занятий, позволяет детям упражняться во всех видах основных движений в помещении, на свежем воздухе.

**1.2. Методы организации работы по физическому** **воспитанию**

Основными **методами**, используемыми в процессе работы с дошкольниками. являются:

- словесный (беседа. объяснение, оценка, команда),

- игровой метод,

- наглядный метод (имитация, использование ориентиров),

- соревнователей.

- зеркальный (показ противоположного),

-практический.

**Формы организации работы по физическому воспитанию**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Содержание | Группы | 1 младшая  2-3 лет | 2-я младшая | Средняя | Старшая | Подготовительная |
| 1 | Утренняя гимнастика (ежедневно) | | 5 мин | 5-6 мин. | 6-8 мин. | 8-10 мин. | 10-12 мин. |
| 2 | Подвижные игры во время утреннего приема детей.( ежедневно) | | 3 мин | 3 мин | 3-5 мин | 5-7 мин | 7-10 мин |
| 3 | Физкультурные занятия    (2 в зале, 1 на улице) | | 10 мин | по 15 мин. | по 20 мин. | по 25 мин. | по 30 мин. |
| 4 | Физкультминутки | | 1 мин | 1-2 мин. 2р. | 1-2 мин. х2 р. | 2-3 мин. х2р. | 2-3 мин. х 3р. |
| 5 | Гимнастика пробуждения | | 5 мин | 5-7 мин. | 5-7 мин. | 8-10 мин. | 8-10 мин. |
| 6 | Оздоровительные гимнастики | | 5 мин | 5-7 мин. | 5-7 мин. | 8-10 мин. | 8-10 мин. |
| 7 | Подвижные игры (на воздухе, утро, вечер) 2 р. | | 5 мин | 6-8 мин. | 8-10 мин. | 10-12 мин. | 15 мин. |
| 8 | Спортивные игры | | - | - | - | 10-15 мин. | 10-15 мин. |
| 9 | Спортивные упражнения:  (1-2р. в неделю) | | 3-5мин | 5 мин. | 10 мин. | 15 мин. | 20 мин. |
| 10 | Игровая деятельность с использованием оборудования, физкультурного уголка | | 8-10 мин | 8-10 мин. | 10-15 мин. | 15 мин. | 15-20ин. |
| 11 | Подвижные игры и игровые упражнения | | 6 мин | 10 мин. | 10 мин. | 20 мин. | 25 мин. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 12 | Физкультурные досуги (1 раз в месяц) 15 мин 20 мин | 20-25 мин. | 25-30 мин. | 30-35 мин. |
| 13 | Спортивный праздник (1 раз в квартал) 20 мин 20-25 мин | 45 мин. | 60 мин. | 60 мин. |
| 22 | День / неделя Здоровья По плану дошкольного учреждения | | | |

**1.3. Принципы организации занятий:**

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

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

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

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

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

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

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

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

**1.4. Структура занятий**

В каждой группе проводятся физкультурные занятия, которые имеют свои временные рамки.

Продолжительность занятий:

Первая младшая группа – 10 минут,

вторая младшая группа- 15 минут,

средняя группа – 20 минут,

старшая группа – 25 минут,

подготовительная группа – 30 минут.

Каждое занятие состоит из:

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

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

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

Из них **вводная часть**:

(беседа вопрос-ответ «Здоровье», «Безопасность»):.

Основная часть (обще развивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра.

Заключительная часть (игра малой подвижности):

**1.5. Формы проведения физкультурных занятий:**

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

**1.6. Способы, применяемые в образовательной области «Физическое развитие»**

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

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

**Групповой способ**. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

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

Согласно учебному плану, в каждой возрастной группе   проводится три физкультурных занятия еженедельно в первой половине дня.

**1.7.** **Интеграция образовательной области «Физическое развитие » с образовательными областями**

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое раз­витие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

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

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ**

**1младшая группа от 2 до 3 лет**

**сентябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье: формироватьгигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  Труд: убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  Познание: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| ***Планируемые результаты развития интегративных качеств****: умеют ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем, владеют основными видами движений. Умеют строиться в колонну по одному.* | | | | | | |
| **Вводная часть** | *Ходьба и бег врассыпную, построение в одну колонну, ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий для рук. Построение в круг.* | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1.Ползание на четвереньках (4-6м.) "Пойдём как собачка"  2.Ходьба по прямой дорожке между линиями. Ширина 25 см. | 1. Ходьба по прямой дорожке (между двумя линиями). Ширина 25 см.  2.Катание мячей друг другу (расстояние 1 м.) | | 1.Прыжки на двух ногах на месте.  2.Бег между двумя линиями (ширина 20 см). | | 1.Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени.  2.Ходьба и бег колонной по одному всем составом. |
| **Подвижные игры** | "Бегите ко мне" | "Догони мяч" | | "Догони мяч" | | "Найди свой домик" |
| **Заключитель-ная часть** | Ходьба за воспитателем "пойдём тихо, как мыши" | Ходьба спокойная на носках "не разбуди собачку" | | Ходьба стайкой за воспитателем. | | Игра м/п "Найди курочку" |

**октябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье*:* рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  Безопасность:  Труд*:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  Познание: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег; при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги. Энергично отталкивают мяч при прокатывании друг другу. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой на сигнал воспитателя. Ходьба с выполнением заданий для рук (вверх, вниз, в стороны). Построение в круг. | | | | | |
| **ОРУ** | С кубиками | С кубиками | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 25 см).  2.Подпрыгивание на двух ногах на месте (под бубен) - "Достань до ленточки" | 1.Перепрыгивание ч/з шнур, положенный на пол прямо, правым и левым боком.  2.Катание мячей в прямом направлении. | | 1.Подлезание под шнур (высота 40-50 см), упираясь на предплечья и колени.  2. Ходьба по ребристой доске. | | 1.Катание мячей друг другу сидя, ноги в стороны (расст.1,5 м)  2. Ползание в прямом направлении, упираясь на предплечья и колени. |
| **Подвижные игры** | "Поезд" | "Наседка и цыплята" | | "Бегите к флажку" | | "Зайцы и волк" |
| **Заключительная- часть** | Игра м/п "Угадай, кто кричит?" | Игра м/п "Найди курочку" | | Игра м/п "Угадай, чей голосок?" | | Ходьба в колонне по одному. |

**ноябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье*:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  Труд: убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  Коммуникация: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений -ходьба, бег, прыжки на двух ногах. Приземляются на полусогнутые ноги при спрыгивании с высоты, сохраняют равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную. Ходьба с выполнением упражнений для рук (вверх, вниз, в стороны). на носках, в высоким подниманием коленей. Перестроение в 3 звена. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С флажками | | С флажками |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 20 см).  2. Прыжки на одной, на двух ногах, продвигаясь вперёд (расст.2 м). | 1. Прыжки в обруч и из обруча.  2. Прокатывание мячей в прямом направлении. (Дети катят мячи и бегут за ними). | | 1. Ловить мяч от воспитателя и бросать его обратно. (расст. 1,5 м).  2.Ползание на четвереньках, переползая через препятствия. | | Подлезание под дугу (высота 50см) на четвереньках.  2.Ходьба и бег между двумя линиями. |
| **Подвижные игры** | "Найди свой домик" | "Трамвай" | | "Наседка и цыплята" | | "Зайцы и волк" |
| **Заключитель-ная часть** | Ходьба в колонне по одному | Ходьба в колонне по одному | | Игра м/п "Найди курочку" | | Ходьба в колонне по одному. |

**декабрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье*:* рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  Безопасность*:*  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  Коммуникация*:* поощрять речевую активность детей при обсуждении правил игры.  Познание: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений -ходьба, бег, прыжки на двух ногах, ползание на четвереньках. Умеют ходить и бегать врассыпную, используя всю площадь зала, сохраняя равновесие. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег врассыпную, на носках, пятках, с высоким подниманием коленей. Перестроение в 2 звена. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по доске(ширина 15 см), руки за голову.  2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. | 1.Спрыгивание со скамейки (высота)20 см) на мат.  2.Катание мячей в прямом направлении. | | Катание мячей в ворота друг другу (расст.1.5-2 м).  2.Подлезание под дугу (высота 50см). | | 1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола (высота 50 см).  2.Ходьба по доске, руки на поясе. |
| **Подвижные игры** | "Наседка и цыплята" | "Поезд" | | "Воробышки и кот" | | "Птички и птенчики" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра м/п"Снежинки" | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. |

**январь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| *Здоровье:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр*:*  Труд*:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  Коммуникация*:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.  Познание*:* учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений -ходьба, бег, ползание, прыжки. Сохраняют устойчивое положение при ходьбе по доске, мягко приземляются на полусогнутые ноги. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, парами. Ходьба и бег врассыпную, с остановкой на сигнал воспитателя. Перестроение в колонну по одному. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С кубиками | | С кубиками |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по доске (ширина 10 см), руки на поясе.  2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд (расст.2 м). | 1.Спрыгивание со скамейки (высота 15 см).  2.Прокатывание мяча вокруг кегли (кубика). | | 1.Катание мячей друг другу через ворота расстояние 1,5-2 м.  2.Подлезание под дугу, не касаясь руками пола. | | 1.Подлезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола.  2.Ходьба по доске, руки на поясе. |
| **Подвижные игры** | "Кролики" | "Трамвай" | | "Лягушки" | | "Найди свой цвет" |
| **Заключитель-ная часть** | Ходьба в колонне по одному. | Игра м/п "Найди собачку". | | Игра м/п "Угадай, кто кричит". | | Ходьба в колонне по одному. |

**февраль**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье*:* рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  Безопасность:  *Труд:* учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия,  убирать свою одежду  Познание*:* |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Прокатывают мяч в прямом направлении, спрыгивают со скамейки на полусогнутые ноги, пролезают в обруч, не касаясь руками пола. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег врассыпную. Построение в шеренгу. Ходьба и бег в колонне, перешагивая через предметы, с выполнением заданий для рук. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С кубиками | | С кубиками |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба, перешагивая через шнуры.  2.Прыжки из обруча в обруч. | 1.Спрыгивание со скамейки (выс.15см).  2.Прокатывание мячей в прямом направлении. | | 1. Бросанием мяча через шнур двумя руками.  2.Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. | | 1.Пролезание в обруч, не касаясь руками пола.  2.Ходьба по доске. |
| **Подвижные игры** | "Мыши в кладовой" | "Птички в гнёздышках" | | "Воробышки и кот" | | "Найди свой цвет" |
| **Заключитель-ная часть** | Ходьба в колонне по одному. | Игра м/п "Угадай, кто кричит". | | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. |

**март**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье*:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  Труд*:* учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия,  убирать свою одежду  Познание*:* учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Бросают мяч двумя рукам и ловят его, прокатывают мяч между предметами. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу. Построение в колонну по одному, перестроение в пары с помощью воспитателя. Перестроение в три звена. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С мячом | | С мячом |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой.  2.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд. | 1.Прыжки в длину с места (расстояние между шнурами 10 см).  2.Прокатывание мяча между предметами. | | 1. Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками.  2.Ползание по доске. | | 1. Влезание на наклонную лестницу.  2.Ходьба с перешагиванием через бруски. |
| **Подвижные игры** | "Кролики" | "Поезд" | | "Поймай комара" | | "Найди свой цвет" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра м/п "Найди кролика" | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. |

**апрель**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье*:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  Труд*:* учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия,  убирать свою одежду  Коммуникация: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки, бросают мяч вверх, об пол и ловят его двумя руками, влезают на наклонную лестницу. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег с остановкой по сигналу. Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Ходьба с высоким подниманием колен, на носках, пятках, внутренней стороне стопы. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С ленточками | | С ленточками |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по скамейке (высота 25 см).  2.Прыжки в длину с места | 1. Прыжки в длину с места (расстояние между шнурами 15 см).  2.Бросание мяча о пол двумя руками. | | 1.Бросание мяча вверх и ловля его руками.  2.Ползание по доске. | | 1.Влезание на наклонную лесенку.  2.Ходьба по доске, руки на поясе. |
| **Подвижные игры** | "Наседка и цыплята" | "По ровненькой дорожке" | | "Лягушки" | | "Найди свой цвет" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра м/п "Где цыплёнок?" | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. | | Игра м/п "Кто ушёл" |

**май**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье*:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  Труд: учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия.  Коммуникация*:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег, прыжки, ползание; влезают на наклонную лесенку. Бросают мяч о пол, ловят его двумя руками. Сохраняют равновесие при ходьбе по доске (скамейке). | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу, проверка осанки. Ходьба и бег врассыпную, с остановкой на сигнал. Ходьба с выполнением упражнений для рук. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С палкой | | С палкой |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по скамейке (высота 30 см).  2.Перепрыгивание через шнуры . | 1.Прыжки в длину с места (шнуры д- 15 см).  2.Подбрасывание мяча вверх двумя руками. | | 1.Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.  2.Ползание по скамейке. | | 1. Влезание на наклонную лесенку.  2. Ходьба по доске, руки на поясе. |
| **Подвижные игры** | "Мыши в кладовой" | "Поезд" | | "Воробышки и кот" | | "Найди свой цвет" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра м/п "Где спрятался мышонок?" | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. | | Игра м/п "Съедобное - не съедобное" |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ**

**для дошкольников от 3 до 4 лет**

**сентябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| I неделя | Задачи: Приучать детей ходить и бегать небольшими группами, за воспитателем, учить ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие.  Пензулаева Л.И., с. 27 | Игрушки: кукла, мишка, два шнура. | 1.Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем.  Игра «Пойдем в гости»  2. Ходьба между двумя линиями  П/и «Бегите ко мне»  3.Ходьба стайкой за воспитателем в обход зала, в руках у педагога мишка. | Интеграционная направленность:  Здоровье:  формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.  Труд**:** учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия,  убирать свою |
| II неделя | Задачи: Учить детей ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем, подпрыгивать на двух ногах на месте.  Пензулаева Л.И., с. 28 | Игрушки: кукла, мишка, большой мяч. | 1.Ходьба и бег всей группой (стайкой) за воспитателем.  2.Общеразвивающие упр.  3.Прыжки на двух ногах на месте.  П/и «Догони мяч»  4. Ходьба стайкой за воспитателем, в руках у него большой мяч. |
| III неделя | Задачи: Ознакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, учить энергично, отталкивать мяч двумя руками при катании друг другу, выдерживая направление движения.  Пензулаева Л.И., с. 29 | Мячи по кол-ву детей в одной подгруппе, два шнура. | 1.Ходьба и бег в колонне небольшими подгруппами.  Ирга «Пойдем гулять»  2. Общеразвивающие упражнения  3. Катание мячей друг другу.  П/и «Догони мяч»  4. Ходьба колонной по одному за воспитателем, у него в руках мяч. |
| IV неделя | Задачи: Учить детей ходить и бегать колонной по одному всей группой, пролезать под шнур.  Пензулаева Л.И., с. 31 | Две стойки, шнур, по две погремушки на каждого ребенка. | 1.Ходьба и бег в колонне по одному, за воспитателем.  Игра «Поезд»  2.Общеразвивающие упражнения.  Игра «доползи до погремушки».  3.П/и «Найди свой домик»  4. Ходьба в колонне по одному за воспитателем, в руках у него флажок. |
| **Октябрь** | | | | |
| I неделя | Задачи:  Учить детей ходить и бегать по кругу, сохраняя устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади, упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте.  Пензулаева Л.И., с. 33 | По два кубика на каждого ребенка, два шнура, две стойки. | 1.Ходьба и бег по кругу. Построение вокруг кубиков.  2. Общеразвивающие упр.  3. Упражнение на равновесие – ходьба и бег между двумя линиями.  4. Прыжки – подпрыгивания на двух ногах на месте.  П/и «Наседка и цыплята».  5. Игра м/п «Найди цыпленка» | Интеграционные задачи (смотреть сентябрь)  День здоровья  Развлечение «Мой веселый звонкий мяч |
| II неделя | Задачи:  Учить детей во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя, при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги, упражнять в прокатывании мячей  Пензулаева Л.И., с. 34 | Мячи по кол-ву детей, шнур, две рейки. | 1. Ходьба и бег в колонне п одному, с остановкой на сигнал воспитателя.  2. Общеразвивающие упр.  3. Прыжки – перепрыгивание через шнур, положенный на пол.  4.Катание мячей в прямом направлении. П/и «Поезд».  5. Игра м/п «Угадай, кто кричит». |
| III неделя | Задачи:  Закреплять умение ходить и бегать по кругу, учить энергичному отталкиванию мяча при прокатывании друг другу, упражнять в ползании на четвереньках.  Пензулаева Л.И., с. 36 | Мячи, плоские обручи (диаметр 30-35 см) по кол-ву детей. | 1. Ходьба и бег по кругу.  2. Общеразвивающие упр.  3. Катание мячей друг другу (стоя на коленях) на расстоянии 1,5 м.  4.Ползании на четвереньках.  П/и «Поезд»  5. Ходьба в колонне по одному |
| IV неделя | Задачи:  Учить детей останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя, подлезать под шнур, упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади.  Пензулаева Л.И., с. 37 | Стулья по кол-ву детей, два шнура, две стойки. | 1. Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя.  2. Общеразвивающие упр.  3.Подлезание под шнур на четвереньках.  4. Ходьба и бег между двумя линиями.  П/и «Бегите к флажку». |  |
| **Ноябрь** | | | | |
| I неделя | Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге (ходьба и бег чередуются), учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшающейся площади, мягко приземляться в пряжках.  Пензулаева Л.И., 39 | По две ленточки на каждого ребенка, два шнура, две стойки. | 1.Ходьба и бег в колонне по одному.  2. Общеразвивающие упр.  3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина дорожки 20 см). Бег и ходьба выполняются по команде.  4.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед  П/и «Мышки в кладовой».  5. Игра «Где спрятался мышонок?» | Развлечение «На стадион!» совместное с родителями.  Интеграционная направленность:  *Здоровье:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  *Безопасность:*  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.  *Познание:* учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз |
| II неделя | Задачи: Упражнять в ходьбе колонной по одному, выполняя задание по указанию воспитателя, в пряжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги, упражнять в прокатывание мяча друг другу.  Пензулаева Л.И., 40 | Мячи и плоские обручи (диаметр 30 см) по кол-ву детей в группе. | 1.Ходьба в колонне по одному, выполняя задание по указанию воспитателя, бег врассыпную.  2. Общеразвивающие упр.  3. Прыжки в обруч и из обруча  4. Прокатывание мячей в прямом направлении. Дети катят мячи и бегут за ними.  П/и «Трамвай»  5. Ходьба в колонне по одному. |
| III неделя | Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, ловить мяч, брошенный воспитателем, и бросать его обратно, ползать на четвереньках (с опорой на ладони и колени) в прямом направлении.  Пензулаева Л.И., 42 | По две погремушки на каждого ребенка, большой мяч. | 1.Ходьба и бег колонной по одному. Изменение темпа по сигналу воспитателя.  2. Общеразвивающие упр.  3. Ловить мяч от воспитателя и бросать его обратно (расстояние 0,5м)  4.Ползание на четвереньках в прямом направлении.  П/и «По ровненькой дорожке»  5. Игра м/п |
| IV неделя | Задачи: Упражнять в ходьбе колонной по одному, выполняя задание воспитателя, закреплять умение подлезать под дугу на четвереньках, сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.  Пензулаева Л.И., 43 | По два кубика на каждого 4-6 дуг (высота 50 см), два шнура и рейка. | 1. Ходьба колонной по одному с выполнением задания, бег в колонне по одному.  2. Общеразвивающие упр.  3. Подлезание под дугу на четвереньках.  4. Ходьба между двумя линиями  П/и «Найди свой домик» |  |
| **Декабрь** | | | | |
| I неделя | Задачи: Учить ходить и бегать врассыпную, используя всю площадь зала, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках, упражнять в приземлении на полусогнутые ноги.  Пензулаева Л.И., 45 | Доска (ширина 15 см), 6 плоских обручей (диаметр 30см), 2 стойки и шнур. | 1. Ходьба и бег врассыпную.  2. Общеразвивающие упр.  3. Ходьба по доске. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.  П/и «Наседка и цыплята».  4. Игра м/п. | Досуг «Смелые ребята»  Интеграционная направленность:  *Здоровье:* рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  *Безопасность:*  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей при обсуждении правил игры. |
| II неделя | Задачи: Ходить и бегать по кругу, учить мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги, упражнять в прокатывании мяча.  Пензулаева Л.И., 46 | Кольца (от кольцеброса) по кол-ву детей, 2-3 скамейки, мячи по кол-ву детей в группе, резиновые дорожки. | 1. Ходьба и бег по кругу.  2. Общеразвивающие упр.  3. Спрыгивание со скамейки на резиновую дорожку.  4. Катание мячей в прямом направлении.  П/и «Поезд»  5. Игра м/п |
| III неделя | Задачи: Ходить и бегать врассыпную, катать мячи друг другу, выдерживать направление, подлезть под дугу.  Пензулаева Л.И., 47 | Мячи по кол-ву детей в группе, рейки или шнуры для ориентира. | 1. Ходьба и бег врассыпную.  2. Общеразвивающие упр.  3. Катание мячей в ворота друг другу. Подлезание под 2-4 дуги.  П/и «Воробышки и кот».  4. Ходьба колонной по одному. |
| IV неделя | Задачи: Ходить и бегать по кругу, не держась за руки, подлезать под шнур, не касаясь руками пола, сохранять равновесие при ходьбе по доске.  Пензулаева Л.И., 48 | По два кубика на каждого ребенка, две стойки и шнур, доска (ширина 15 см). | 1. Ходьба и бег по кругу.  2. Общеразвивающие упр.  3. Подлезание под шнур, не касаясь пола руками.  4. Ходьба по доске, руки на поясе.  П/и «Птички и птенчики».  5. Ходьба колонной по одному. |
| **Январь** | | | | |
| I неделя | Задачи: Ознакомить детей с построением и ходьбой парами, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, упражнять в пряжках, продвигаясь вперед.  Пензулаева Л.И., 50 | Платочки по кол-ву детей, доска (ширина 10 см), несколько дуг для игры. | 1. Ходьба парами и врассыпную.  2. Общеразвивающие упр.  3. Ходьба по доске (шириной 10 см), руки на поясе.  4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.  П/и «Кролики»  5. Ходьба в колонне по одному. | «Развлечение «Мы мороза не боимся»  Интеграционная направленность:  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.  Труд**:** учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать пособия. |
| II неделя | Задачи: Ходить и бегать врассыпную, при спрыгивании, продолжать учить мягкому приземлению ну полусогнутые ноги, прокатывать мяч вокруг предмета.  Пензулаева Л.И., 52 | По два флажка на каждого ребенка, две скамейки, мячи и стулья по кол-ву детей в подгруппе. | 1. Ходьба и бег врассыпную.  2. Общеразвивающие упр.  3. Спрыгивание со скамейки (высота 15 см).  4. Прокатывание мяча вокруг стула (кегли, кубиков).  П/и «Трамвай»  5. Игра м/п |
| III неделя | Задачи: Упражнять в ходьбе парами и беге врассыпную, прокатывать мяч друг другу, подлезать под дугу, не касаясь руками пола.  Пензулаева Л.И., 53 | Мячи по кол-ву детей в подгруппе, 4 дуги, шнур для игры. | 1. Ходьба парами, бег врассыпную.  2. Общеразвивающие упр.  3. Катание мячей друг другу через ворота.  4. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.  П/и «Лягушки»  5. Игра м/п «Угадай, кто кричит». |
| IV неделя | Задачи: Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, подлезать под шнур, не касаясь руками полу, формировать правильную осанку при ходьбе по доске.  Пензулаева Л.И., 55 | Мячи по кол-ву детей, две доски (ширина 10 см), две стойки, шнур. | 1. Ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя.  2. Общеразвивающие упр.  3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.  П/и «Найди свой цвет»  4. Игра м/п |
| **Февраль** | | | | |
| I неделя | Задачи: Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, учить ходить переменными шагами, через шнуры, упражнять в пряжках из обруча в обруч.  Пензулаева Л.И., 57 | По две погремушки на каждого ребенка, 6 плоских обручей, 5-6 коротких шнуров, 2 стойки и шнур для игр. | 1. Ходьба и бег врассыпную.  2. Общеразвивающие упр.  3. Ходьба, перешагивания через шнуры.  П/и «Мыши в кладовой».  4. Ходьба в колонне по одному. | Праздник «Снежные забавы» Интеграционная направленность:  Познание:  Беседа о птицах, их повадках, питании, значении в природе, предварительная работа по изучению игры «Птички в гнездышках».  Здоровье:  Массаж стоп по массажным коврикам, приобщение к основам здорового образа жизни. |
| II неделя | Задачи: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания. При спрыгивании учить приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча друг другу.  Пензулаева Л.И., 58 | Обручи по кол-ву детей, 2 скамейки (высота 15 см), мячи по числу детей в подгруппе. | 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, бег врассыпную.  2. Общеразвивающие упр.  3. Спрыгивание со скамейки.  4. Прокатывание мячей в прямом направлении.  П/и «Птички в гнездышках».  5. Игра «Угадай, кто кричит». |
| III неделя | Задачи: Упражнять в ходьбе переменным шагом (через шнуры), бег врассыпную, бросать мяч через шнур, подлезать под шнур, не касаясь руками пола.  Пензулаева Л.И., 59 | Мячи на каждого ребенка, 5-6 шнуров (косичек), 2 стойки и шнур. | 1. Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры (попеременно правой и левой ногой).  2. Общеразвивающие упр.  3. Бросание мяча через шнур двумя руками.  4. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.  П/и «Воробышки и кот».  5. Ходьба в колонне по одному. |
| IV неделя | Задачи: Упражнять в ходьбе по одному, выполняя задания, и беге врассыпную, пролезать в обруч, не касаясь рукам пола, сохраняя равновесие при ходьбе по доске.  Пензулаева Л.И., 61 | 4 обруча ( диаметр 50 см), две доски, флажки по кол-ву детей. | 1. Ходьба в колонне по одному, выполняя задания по сигналу воспитателя, бег врассыпную.  2. Общеразвивающие упр.  3. Пролезание в обруч, не касаясь руками пола.  4. Ходьба по доске.  П/и «Найди свой цвет».  5. Ходьба в колонне по одному с флажками. |  |
| **Март** | | | | |
| I неделя | Задачи: Ходит и бегать по кругу, сохраняя устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади, мягко приземлиться в прыжках с продвижением вперед.  Пензулаева Л.И., 63 | По два кубика на каждого, два шнура, два флажка на подставке. | 1. Ходьба и бег по кругу.  2. Общеразвивающие упр.  3. Ходьба по шнуру, положенному прямо (длина 3 м). приставляя пятку одной ноги к носку другой.  4.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.  П/и «Кролики».  5. Игра «Найди кролика». | День здоровья «Сильные ребята»  Интеграционная направленность:  Музыка:  движения под музыкальное сопровождение:  ритмическая ходьба, комплекс ОРУ |
| II неделя | Задачи: Упражнять в ходьбе и беге парами и беге врассыпную. Познакомить с прыжками в длину с места (основное внимание уделить приземлению на обе ноги), прокатывать мяч между предметами.  Пензулаева Л.И., 64 | По два султанчика на каждого ребенка, два шнура, мячи по кол-ву детей в подгруппе. | 1. Ходьба парами, бег врассыпную.  2. Общеразвивающие упр.  3. Прыжки в длину с места.  4.Прокатывание мяча между предметами  П/и «Поезд».  5. Игра м/п |
| III неделя | Задачи: Ходить и бегать по кругу, учить бросать мяч о землю и ловить его двумя руками, упражнять в ползании по скамейке (на ладонях и коленях).  Пензулаева Л.И., 65 | Мячи по кол-ву детей, две скамейки. | 1. Ходьба и бег по кругу. Построение в колонну по одному.  2. Общеразвивающие упр.  3. Бросание мяча о землю двумя руками и ловя его.  4. Ползание по доске.  П/и «Поймай комара»  5. Ходьба в колонне по одному. |
| IV неделя | Задачи: Упражнять в ходьбе парами и беге врассыпную, учить правильному хвату руками за рейки при влезании на наклонную лестницу, упражнять в ходьбе с перешагиванием через бруски (переменный шаг).  Пензулаева Л.И., 66 | По два флажка на каждого ребенка, 6-8 брусков. | 1. Ходьба парами, бег врассыпную.  2. Общеразвивающие упр.  3. Влезание на наклонную лестницу.  4. Ходьба с перешагиванием через бруски.  П/и «Найди свой цвет».  5. Ходьба в колоне по одному. |  |
| **Апрель** | | | | |
| I неделя | Задачи: Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, упражнять в прыжках в длину с места.  Пензулаева Л.И., 68 | 2-3 скамейки, два шнура, по два кубика на каждого ребенка. | 1. Ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя.  2. Обще- развивающие упр.  3. Ходьба по скамейке.  4. Прыжки в длину с места  П/и «Наседка и цыплята»  5. Игра «Где цыпленок?» | Развлечение «Репка»  Интеграционная направленность:  *Здоровье:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  *Безопасность:*  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий. |
| II неделя | Задачи: Ходить колонной по одному, бегать врассыпную, в прыжках в длину с места, продолжать учить приземляться одновременно на обе ноги, упражнять в бросании мяча о пол.  Пензулаева Л.И., 69 | Обручи по кол-ву детей в группе, два шнура, мячи по числу детей в подгруппе. | 1. Ходьба с высоким подниманием колен – лошадки, бег врассыпную.  2. Обще-развивающие упр.  3. Прыжки в длину с места  4. Бросание мяча о бол двумя руками.  П/и «По ровненькой дорожке»  5. Игра м/п |
| III неделя | Задачи: Ходить и бегать врассыпную, учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, упражнять в ползании по доске.  Пензулаева Л.И., 70 | Мячи по кол-ву детей, две доски, большой шнур. | 1. Ходьба и бег врассыпную.  2. Обще- развивающие упр.  3. Бросание мяча вверх и ловля его руками.  4. Ползание по доске.  П/и «Лягушки».  5. Ходьба в колонне по одному |
| IV неделя | Задачи: Упражнять в ходьбе беге колонной по одному, учит влезать на наклонную лесенку, упражнять в ходьбе по доске, формируя правильную осанку.  Пензулаева Л.И., 71 | Две пирамидки, две лесенки, две доски, два флажка на подставке. | 1. Ходьба и бег в колонне по одному.  2. Обще-развивающие упр.  3. Влезание на наклонную лесенку.  4. Ходьба по доске, руки на поясе.  П/и «Найди свой цвет»  5. Игра м/п |  |
| **Май** | | | | |
| I неделя | Задачи: Учить ходить и бегать по кругу, сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре, упражнять в перепрыгивании через шнур.  Пензулаева Л.И., 73 | Кольца по кол-ву детей, 2 скамейки, 6-8 шнуров. | 1. Ходьба и бег по кругу.  2 Обще-развивающие упр.  3. Ходьба по скамейке.  П/и «Мыши в кладовой».  4. Игра «Где спрятался мышонок?» | Спортивное развлечение «Вместе с мамой»  Интеграционное направление:  Познание**:** развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.  Музыка**:**разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры.  **Труд*:*** учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий  и игр |
| II неделя | Задачи: Ходить и бегать врассыпную, продолжать учить приземляться на носочки в прыжках в длину с места, упражнять в подбрасывании мяча вверх.  Пензулаева Л.И., 73 | По две погремушки на каждого ребенка, два шнура, мячи. | 1. Ходьба и бег врассыпную.  2. Обще-развивающие упр.  3.Прыжки в длину с места (расстояние между шнурами 15 см).  4. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.  П/и «Поезд»  5. Игра м/п |
| III неделя | Задачи: Ходить колонной по одному, выполняя задания по сигналу воспитателя, бегать врассыпную, учить подбрасывать мяч вверх и ловить его, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и коленях.  Пензулаева Л.И., 74 | Мячи по кол-ву детей, две скамейки, шнур. | 1Ходьба и бег в колонне по одному, выполняя задание воспитателя.  2. Обще-развивающие упр.  3. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.  4. Ползание по скамейке.  П/и «Воробышки и кот»  5. Ходьба в колонне по одному. |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ**

**для дошкольников от 4 до 5 лет**

**сентябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье:  формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.  Безопасность**:** формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.  Труд: учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия,  убирать свою одежду.  Познание: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег  в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | С флажками | | С мячом | | С обручем |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см).  2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча).  3. Ходьба и бег между двумя линиями  (ширина – 10см).  4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка | 1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета».  2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях.  3. Повтор подпрыгивания.  4. Ползание на четвереньках с ползанием под дугу | | 1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях.  2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола.  3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.  4. Ползание под дугу, поточным способом , 2 колоннами.  5. Прыжки на двух ногах между кеглями | | 1. Ползание под шнур, не касаясь руками пола.  2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе.  3. Ходьба по скамейке  (высота – 15см),  перешагивая через кубики, руки на поясе.  4. Игровое упражнение  с прыжками на месте на двух ногах |
| **Подвижные игры** | «Найди себе пару» | «Пробеги тихо» | | «Огуречик, огуречик» | | «Подарки» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Гуси идут купаться».  Ходьба в колонне  по одному | «Карлики и великаны» | | «Повторяй за мной».  Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны, за головой | | «Пойдём в гости» |

**октябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье*:* рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  Коммуникация**:**обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.  Познание**:** развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.  Музыка**:**разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры.  Труд***:*** учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий  и игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров» | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | | С кубиками | | С султанчиками |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке,  на середине – присесть.  2. Прыжки на двух ногах до предмета.  3. Ходьба по гимнастической скамейке  с мешочком на голове.  4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше | 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.  2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях.  3. Прокатывание мяча  по мостику двумя руками перед собой | | 1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.  2. Ползание под дуги.  3. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кубики.  4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии | | 1. Ползание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола.  2. Прокатывание мяча по дорожке.  3. Ходьба по скамейке  с перешагиванием через кубики.  4. Игровое задание «Кто быстрее» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед, фронтально) |
| **Подвижные игры** | «Кот и мыши» | «Цветные автомобили» | | «Совушка», «Огуречик» | | «Мы – весёлые ребята», «Карусель» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Мыши за котом».  Ходьба в колонне за «котом» как «мыши», чередование  с обычной ходьбой | «Чудо-остров».  Танцевальные движения | | «Найди и промолчи» | | «Прогулка в лес».  Ходьба в колонне по одному |

**ноябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  Безопасность*:* формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес  к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | | С кубиками | | С султанчиками |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки на двух ногах через шнуры.  2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м).  3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры.  4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2м) | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.  3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.  4. Прыжки на двух ногах до кубика (3 м) | | 1. Ходьба по шнуру  (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.  2. Прыжки через бруски (взмах рук).  3. Ходьба по шнуру  (по кругу).  4. Прыжки через бруски.  5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными  в одну линию | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.  2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.  3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю» |
| **Подвижные игры** | «Самолёты», «Быстрей к своему флажку» | «Цветные автомобили» | | «Лиса в курятнике» | | «У ребят порядок…» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Угадай по голосу» | «На параде».  Ходьба в колонне  по одному за ведущим  с флажком в руках | | «Найдём цыплёнка»,  «Найди, где спрятано» | | «Альпинисты».  Ходьба вверх и вниз  («в гору и с горы») |

**декабрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье**:** рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой.  Коммуникация**:** обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.  Безопасность**:** учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.  Социализация: формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | С малым мячом | | С кубиками | | С султанчиками |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки со скамейки (20см).  2. Прокатывание мячей между набивными мячами.  3. Прыжки со скамейки (25см).  4. Прокатывание мячей между предметами.  5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см) | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу.  2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.  3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей | | 1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков  (вверх, вниз).  2. Ходьба по скамейке, руки на поясе.  3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.  4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке (на середине сделать поворот кругом).  2. Перепрыгивание. через кубики на двух ногах.  3. Ходьба c перешагивание. через рейки лестницы высотой 25см от пола.  4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу).  5. Спрыгивание с гимнастической скамейки |
| **Подвижные игры** | «Трамвай», «Карусели» | «Поезд» | | «Птичка в гнезде», «Птенчики» | | «Котята и щенята» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Катаемся на лыжах».  Ходьба в колонне  по одному с выполнением дыхательных упражнений | «Тише, мыши…».  Ходьба обычным шагом и на носках с задержкой дыхания | | «Прогулка в лес».  Ходьба в колонне  по одному | | «Не боюсь» |

**январь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье*:* рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком  по ребристой поверхности.  Коммуникация: обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.  Труд**:**учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр.  Социализация: формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.  Познание: формировать умение двигаться в заданном  направлении, используя систему отсчёта.  Музыка**:**учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий | | | | | |
| **ОРУ** | С мячом | С веревкой | | С обручем | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Отбивание мяча одной рукой о пол  (4–5 раз), ловля двумя руками.  2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно.  3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд.  4. Перебрасывание мячей друг другу  (руки внизу) | 1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам.  2. Ползание по гимнастической скамейке  на ладонях и ступнях  (2–3 раза).  3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза) | | 1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.  2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени.  3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть.  4. Прыжки в высоту  с места «Достань до предмета» | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть.  2. Перешагивание через кубики.  3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см от пола).  4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу) |
| **Подвижные игры** | «Найди себе пару» | «Самолёты» | | «Цветные автомобили» | | «Котята и щенята» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Ножки отдыхают».  Ходьба по ребристой доске (босиком) | «Зимушка-зима».  Танцевальные движения | | «Путешествие по реке».  Ходьба по «змейкой»  по верёвке, по косичке | | «Где спрятано?»,  «Кто назвал?» |

**февраль**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье**:** учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться  к взрослым при заболевании.  Труд**:**учить самостоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр.  Социализация: формировать навык оценки поведения своего  и сверстников  во время проведения игр.  Познание: учить  определять  положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди, сзади, вверху, внизу |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег врассыпную с остановкой, перестроение в звенья | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | С мячом | | С гантелями | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки на двух ногах из обруча  в обруч.  2. Прокатывание мяча между предметами.  3. Прыжки через короткие шнуры  (6–8 шт.).  4. Ходьба по скамейке на носках (бег  со спрыгиванием) | 1. Перебрасывание . мяча друг другу двумя руками из-за головы.  2. Метание мешочков  в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз).  3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях.  4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке | | 1. Ползание по наклонной доске на четвереньках.  2. Ходьба с перешагивание. через набивные мячи, высоко поднимая колени.  3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота  25см).  4. Прыжки на правой  и левой ноге до кубика (2м) | | 1. Ходьба и бег по наклонной доске.  2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек».  3. Игровое задание «Пробеги по мостику».  4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч |
| **Подвижные игры** | «У медведя во бору» | «Воробышки и автомобиль» | | «Перелёт птиц» | | «Кролики в огороде» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Считай до трёх».  Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три» | «По тропинке в лес».  Ходьба в колонне по одному | | «Ножки мёрзнут».  Ходьба на месте, с продвижением вправо, влево, вперёд, назад | | «Найди и промолчи» |

**март**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье: формировать навык оказания первой помощи при травме.  Безопасность: учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске.  Коммуникация***:***  поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.  Познание:рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы» | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три | | | | | |
| **ОРУ** | С обручем | С малым мячом | | С флажками | | С лентами |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки в длину  с места (фронтально).  2. Перебрасывание  мешочков через шнур.  3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние  до шнура 2м) и ловля после отскока (парами).  4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь) | 1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд  (1м).  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.  3. Прокатывание мячей между предметами.  4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине | | 1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку.  2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны.  3. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию.  4. Лазание по гимнастической. стенке с продвижением. вправо, спуск вниз.  5. Ходьба по гимнастической. скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе.  6. Прыжки на двух ногах через шнуры | | 1. Ходьба и бег по наклонной доске.  2. Перешагивание через набивные мячи.  3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч.  4. Прыжки на двух ногах через кубики |
| **Подвижные игры** | «Бездомный заяц» | «Подарки» | | «Охотники и зайцы» | | «Наседка и цыплята» |
| **Малоподвижные игры** | «Замри».  Ходьба в колонне  по одному с остановкой на счёт «четыре» | «Эхо» | | «Найди зайца» | | «Возьми флажок» |

**апрель-май**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | |  |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде. | | | | | | | Здоровье: использование дыхательных гимнастик по методике Бутейко.  Труд:  Вынос и сбор спортивного пособия.  Развитие речи:  Использование считалок для проведения подвижных игр |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка» | | | | | |
| **ОРУ** | С кубиками | С обручем | | С гимнастической  палкой | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте.  2. Перебрасывание мяча двумя руками  снизу в шеренгах  (2–3 м).  3. Метание правой  и левой рукой на дальность | 1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.  2. Ползание на животе по гимнастической  скамейке, хват с боков.  3. Прыжки через скакалку.  4. Подвижная игра «Удочка» | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше.  2. Прыжки на двух ногах между предметами.  3. лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек | | 1. Прыжки на двух ногах через шнуры.  2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.  3. Игровое задание  «Один – двое».  4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока |
| **Подвижные игры** | «Котята и щенята» | «Зайцы и волк» | | «Подарки» | | «У медведя во бору» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Узнай по голосу» | «Колпачок и палочка» | | «Ворота» | | «Найти Мишу» |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ**

**для дошкольников от 5 до 6лет**

**сентябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье: формировать гигиенические навыки.  **Социализация:** побуждать детей к самооценке и оценке действий сверстников во время проведения игр.  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале во время проведения прыжков с продвижением вперёд, перебрасывания мячей.  Познание: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики.  Коммуникация: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки), проявляет активность в подвижных играх | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в 3 колонны, бег до одной минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпе. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи.  2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд, змейкой между предметами.  3. Перебрасывание мячей стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди).  4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках. | 1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» (4-6 раз).  2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка.  3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях.  4. Ходьба по канату, боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове.  5. Перебрасывание мяча друг другу руками из-за головы. | | 1. Пролезание в обруч в группировке, боком, прямо.  2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове.  3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.  4. Прыжки на двух ногах с мешочками между коленями и ходьба «Пингвин». | | *Игровые задания*.  1. Быстро в колонну.  2. Пингвин.  3. Не промахнись (кегли, мешки).  4. По мостику (с мешочком на голове).  5. Мяч о стенку.  6. Достань до колокольчика. |
| **Подвижные игры** | "Мышеловка" | "Фигуры" | | "Удочка" | | "Мы весёлые ребята" |
| **Заключительная часть** | Игра малой подвижности "У кого мяч?" | Игра малой подвижности "Найди и промолчи" | | Ходьба в колонне по одному | | Ходьба в колонне по одному, выполняя задания для рук |

**октябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье**:** расширять представление о компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  Труд**:** убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время проведения прыжков на двух ногах через шнуры, бросков мяча двумя руками.  Познание*:* развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики, через мячи.  Коммуникация*:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств: :** владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки), проявляет активность в подвижных играх; самостоятельно или при небольшой помощи взрослого выполняет закаливающие и гигиенические процедуры. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег врассыпную, бег до одной минуты с перешагиванием через бруски; ходьба, по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы. | | | | | |
| **ОРУ** | С малым мячом | С малым мячом | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики.  2. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком.  3. Броски мяча двумя руками от груди, перебрасывание друг другу руками из-за головы.  4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше | 1.Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.  2.Переползание через препятствие.  3.Метание в горизонтальную цель левой и правой рукой.  4.Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь. | | 1. Пролезание через три обруча (прямо, правым и левым боком).  2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см).  3. Перелезание с преодолением препятствия.  4.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот, приседание, перешагивание через мяч. | | *Игровые задания.*  1. «Попади в корзину»  2. «Проползи – не задень».  3. «Не упади в ручей».  4. «На одной ножке по дорожке».  5. «Ловкие ребята» (с мячом).  6. «Перешагни – не задень». |
| **Подвижные игры** | «Перелёт птиц" | "Удочка" | | "Гуси, гуси..." | | "Ловишки" |
| **Заключительная часть** | Малоподвижная игра «Найди и промолчи" | Малоподвижная игра  "Эхо" | | Малоподвижная игра "Летает- не летает" | | Ходьба в колонне по одному |

**НОЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур, формировать гигиенические навыки; соблюдать порядок в своём шкафу.  Безопасность:  формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической .скамейке.  Труд:учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений.  Коммуникация: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.  Познание: ориентировать в окружающем пространстве.  Социализация: побуждать детей к самооценке и оценке действий сверстников во время проведения игр. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки, перестроение в колонну), проявляет активность в подвижных играх. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, ме­жду кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с вы­полнением фигур | | | | | |
| **ОРУ** | С гимнастическими .палками | С гимнастическими .палками | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием маленького мяча из правой руки в левую перед собой  2.Прыжки на правой и левой ноге между кеглями, по два прыжка на правой и левой ногах.  3.Перебрасывание мяча дву­ мя руками снизу; из-за голо­ вы.  4.Ходьба на носках, руки  за голову, между набивными мячами | 1. Ползание по гимнастиче­ской скамейке на животе, подтягивание двумя руками.  2.Ведение мяча с продвижением вперёд  3.Ползание на четвереньках, подталкивая головой набив­ ной мяч.  4.Ползание по гимнастиче­ской скамейке с опорой  на предплечье и колени | | 1. Ползание под шнур бо­ком, прямо, не касаясь рука­ми пола.  2.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на го­лове, руки на поясе.  3.Прыжки на правой и левой ноге между предметами.  4.Игра «Волейбол» (двумя мячами) | | *Игровые задания:*  **1. «**Брось и поймай».  2.«Высоко и далеко».  3.«Ловкие ребята» (прыжки через препятствие и на воз­вышение). |
| **Подвижные игры** | "Пожарные на учении" | "Не оставайся на полу" | | "Удочка" | | "Пожарные на учении" |
| **Заключительная часть** | Мало подвижная игра "Угадай по голосу" | Мало подвижная игра "Съедобное, не съедобное" | | Ходьба в колонне по одному | | Малоподвижная игра "У кого мяч?" |

**ДЕКАБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье:  проводить комплекс закаливающих процедур (обливание ног), формировать гигиенические навыки.  Безопасность:  формировать навыки ориентироваться на местности.  Труд*:* следить за опрятностью одежды и причёски; учить убирать физкультурный инвентарь.  Коммуникация: поощрять речевую активность, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  Познание*:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время подпрыгивания на 2-х ногах. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет доступными своему возрасту основными движениями (ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в 3 колонны, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх); проявляет активность при участии в подвижных играх. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «Сделать фигуру». Ходьба в приседе, широким шагом. | | | | | |
| **ОРУ** | С флажками | С флажками | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастиче­ской стенке, спуск по гимнастической стенке.  2.Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом.  3.Перешагивание через бру­ски, шнур, справа и слева от него.  4.Перебрасывание мяча дву­мя руками из-за головы, стоя на коленях | 1. Перебрасывание мяча дву­мя руками вверх и ловля по­сле хлопка.  2.Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места.  3.Ползание по гимнастиче­ской скамейке на животе, подтягиваясь руками.  4.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на го­лове | | 1. Лазание по гимнастиче­ской стенке до верха.  2.Лазание разными способа­ ми, не пропуская реек.  3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голо­ве.  4.Ползание по гимнастиче­ской скамейке с мешочком на спине.  5.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу  с хлопком перед ловлей | | Игровые задания:  1.Перепрыгивания между препятствиями.  2.Подбрасывание и прока­тывание мяча в различных положениях.  3.«Ловкие обезьянки» (лазание).  4.«Акробаты в цирке».  5.Догони пару».  6.Бросание мяча о стенку. |
| **Подвижные игры** | "Ловишки с ленточками" | "Не оставайся на полу" | | "Охотники и зайцы" | | "Хитрая лиса" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра "Сделай фигуру" | Малоподвижная игра "У кого мяч?" | | Малоподвижная игра "Летает не летает" | | Ходьба в колонне по одному |

**ЯНВАРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье*:* рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека, формировать гигиенические навыки; знать предметы санитарии и гигиены.  Безопасность:формировать навыки безопасного поведения во время ползания под дугами, проведения подвижной игры.  Труд*:* учить постоянно поддерживать порядок в физкультурном зале.  Коммуникация*:* обсуждать пользу закаливания и физической культуры.  Музыка:вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры под музыку. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений). | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег между кубиками, положенными в шахматном порядке, по кругу, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба и бег с выполнением заданий. | | | | | |
| **ОРУ** | С кубиками | С кубиками | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1.Прыжки на правой и левой ноге между кубиками.  2.Ходьба по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см).  3.Забрасывание мяча в корзину. | 1. Прыжки в длину с места.  2. Ползание под дугами, подталкивая мяч головой.  3. Бросание мяча вверх двумя руками, снизу друг другу, от груди.  4. Пролезание в обруч боком.  5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове. | | 1. Лазание по гимнастической стенке одноимённым способом.  2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой.  3.Прыжки через шнур - ноги врозь, ноги вместе.  4. Ведение мяча и забрасывание в баскетбольную корзину. | | *Игровые задания*:  1.Волейбол через сетку.  2. Пас друг другу мячом.  3. Ходьба по гимнастической скамейке, отбивая мяч об пол.  4. "Точный бросок"  5. "Мой весёлый звонкий мяч" |
| **Подвижные игры** | «Медведь и пчёлы" | "Совушка" | | "Хитрая лиса" | | "Мышеловка" |
| **Заключитель-ная часть** | Малоподвижная игра "Найди и промолчи" | Малоподвижная игра "Съедобное -не съедобное" | | Малоподвижная игра "Угадай, что изменилось" | | Ходьба в колонне по одному |

**ФЕВРАЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье*:* проводить комплекс закаливающих процедур.  Безопасность*:* учить правилам использования спортивного инвентаря.  Труд*:* учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений и игр.  Коммуникация*:* обсуждать пользу закаливания и физической культуры  Развитие речи*:* проводить подвижную игру под текст стихотворения*.*  Музыка*:* вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание под палку, прыжки, метание, подбрасывание мяча), самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, аккуратно одевается, следит за осанкой при ходьбе; проявляет активность при участии в подвижной игре. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег врассыпную, в колонне по одному, бег до 1,5 минуты с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны. | | | | | |
| **ОРУ** | С обручем | С обручем | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по наклонной доске, бег, спуск шагом  2. Перепрыгивание через бруски толчком обеих ног прямо, правым и левым боком.  3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы, от груди. | 1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой.  2. Ползание под палку, перешагивание через неё (высота 40см).  3. Прыжки на двух ногах через косички.  4. Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками.  5. Прыжки в длину с места. | | 1. Лазание по гимнастической стенке одним и разными способами.  2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за головой.  3. Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд.  4. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой. | | *Игровые задания:*  1. Проползи - не урони.  2.Ползание на четвереньках между кеглями.  3. "Прыгни и присядь"  4. "Догони мяч".  5. "Мяч через обруч" |
| **Подвижные игры** | "Перелёт птиц" | "Поймай палку" | | "Бег по расчёту" | | Не оставайся на полу" |
| **Заключительная часть** | "Зима" (мороз - стоять, вьюга - бегать, снег-кружение, метель-приседание). | Малоподвижная игра "Сделай фигуру" | | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному . |

**МАРТ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье*:* проводить комплекс закаливающих процедур (прогулка на свежем воздухе).  Безопасность*:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы по гимнастической скамейке боком.  Труд*:* учить детей постоянно убирать на своё место спортивный инвентарь.  Коммуникация:поощрять речевую активность детей, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.  Социализация:поощрять проявление смелости, взаимовыручки при выполнении физических упражнений.  *Музыка:* проводить игры и упражнения под музыку. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание под палку, прыжки, метание, подбрасывание мяча), самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, аккуратно одевается, следит за осанкой при ходьбе; проявляет активность при участии в подвижной игре. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, на сигнал поворот в другую сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по три. | | | | | |
| **ОРУ** | С малым мячом | С малым мячом | | С обручем | | С обручем |
| **Основные виды движений** | 1 Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове.  2. Прыжки из обруча в обруч, через набивные мячи.  3.Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками с хлопком в ладоши.  4.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. | 1.Прыжок в высоту с разбега (высота 30 см).  2. Метание мешочков в цель правой си левой рукой.  3 Ползание на четвереньках и прыжки на двух ногах между кеглями.  4.Ползание по скамейке "по-медвежьи". | | 1.Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше.  2.Прыжки правым и левым боком через косички, из обруча в обруч на одной и двух ногах.  3.Метание мешочка в горизонтальную цель.  4. Ползание под дугу из 4-5 обручей подряд, не касаясь руками пола. | | *Игровые задания*:  1. "Кто выше прыгнет"  2. "Кто точно бросит"  3. "Не урони мешочек"  4. Перетяни к себе"  5. "Кати в цель". |
| **Подвижные игры** | "Пожарные на учении" | "Медведь и пчёлы" | | "Не оставайся на полу" | | "Удочка" |
| **Заключительная часть** | Малоподвижная игра "Кого не стало?" | Ходьба в колонне по одному. | | Малоподвижная игра "Угадай по голосу" | | Ходьба в колонне по одному. |

**АПРЕЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах ЗОЖ.  Безопасность*:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы по гимнастической скамейке, метания мяча.  Труд*:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  Коммуникация*:* обсуждать пользу закаливания и занятий физкультурой.  Познание*:* развивать восприятие предметов по цвету, форме, величине.  качества (отзывчивость, дружелюбие). |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными видами движения (ходьба по гимнастической скамейке, метание мяча в вертикальную цель, ходьба и бег по кругу, ползание в обруч, прыжки через скакалку); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (знает предметы санитарии и гигиены); проявляет активность при участии в подвижных играх. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С малым мячом | | С малым мячом |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360\* на середине.  2.Прыжки из обруча в обруч на двух ногах правым и левым боком.  3.Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.  4.Подбрасывание маленького мяча одной рукой и ловля двумя после отскока об пол. | 1 Прыжки через скакалку и с продвижением вперёд.  2.Прокатывание обруча друг другу.  3.Пролезание в обруч.  4.Ползание по скамейке "по-медвежьи".  5 Метание мешочков в вертикальную цель.  6."Мяч в круг" (футбол с водящим). | | 1 Лазание по гимнастической стенке одним способом.  2 Прыжки через скакалку.  3. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове.  4.Прыжки через шнуры слева и справа, продвигаясь вперёд. | | *Игровые*: *задания:*  1. "Сбей кеглю"  2. "Пробеги - не задень  3."Догони обруч"  4. "Догони мяч"  5. "Кто быстрее до флажка" |
| **Подвижные игры** | "Медведь и пчёлы" | «Удочка" | | "Горелки" | | Эстафета "Передача мяча над головой" |
| **Заключитель-ная часть** | Малоподвижная игра "Сделай фигуру" | Малоподвижная игра "Кто ушёл?" | | Малоподвижная игра "Стоп" | | Малоподвижная игра "Снежинки кружатся" |

**МАЙ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье: рассказывать о режиме дня и о его влиянии на здоровье человека.  Безопасность*:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы, бега, прыжков.  Труд*:* учить детей постоянно убирать спортивный инвентарь на своё место.  Коммуникация: поощрять речевую активность детей, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  Познание: развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время перестроения в колонну.  Музыка: сопровождать игровые упражнения музыкой. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными видами движениями (прыжки на двух ногах через препятствия, перелезание с преодолением препятствия, прыжки в длину с разбега, пролезание через три обруча); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры; проявляет активность при участии в подвижных играх. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег между предметами, врассыпную между предметами; бег и ходьба с поворотом в другую сторону. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С флажками | | С флажками |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи лицом, боком.  2..Прыжки с продвижением вперёд, с ноги на ногу, на двух ногах.  3.Перебрасывание мяча друг другу и ловля после отскока от пола. | 1 Прыжки в длину с разбега.  2.Ползание по скамейке "по-медвежьи".  3.Подлезание под дугу.  4. Перебрасывание мяча друг другу от груди.  5 Забрасывание мяча в корзину (баскетбол). | | 1.Ходьба по гимнастической скамейке, ударяя мячом о пол и ловля его двумя руками.  2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.  3.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи по скамейке.  4. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями. | | 1Ползание на спине по гимнастической скамейке, отталкиваясь ногами и руками.  2. Перебрасывание мячей друг другу из-за головы.  3.Забрасывание мяча в корзину.  4.Перебрасывание мяча через волейбольную сетку. |
| **Подвижная**  **игра** | "Караси и щука" | "Третий лишний" | | "Удочка" | | "Совушка" |
| **Заключитель-ная часть** | Малоподвижная игра "Что изменилось" | Малоподвижная игра "Эхо" | | Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук | | Ходьба в колонне по одному. |

**комплексно-тематическое планирование НОД по физиЧеской культуре**

**подготовительная группа от 6 до 7 лет**

**СЕНТЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я неделя** |
| Здоровье:  проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу  Социализация:переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.  Коммуникация: поощрять речевую активность детей в процессе двигательная .активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня  Труд: убирать спортивный инвентарь при проведении физ.упражнений  Познание: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** ходьба и бег в колонне по 1му с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их | | | | |
| **Вводная часть** | Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен. | | | |
| **ОРУ** | С малым мячом | На гимнастических скамейках | С палками | С обручем |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом).  2.Прыжки с места на мат( через набивные мячи)  3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, ( из-за головы) 4.Ползание на животе по гимнастической скамейке | 1Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета.  2.Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель  3Пролезаниев обруч разноименными способами, пол шнур  4.Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове | 1.Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа  2.Перебрасывание мяча через сетку  3Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки  4.Прыжки через скакалку с вращением перед собой. | 1Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками  2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке  3.Прыжки с места вдаль  4 Перебрасывание мяча из одной руки в другую  5. Упражнение «крокодил» |
| **Подвижные игры** | «Совушка» | «Перемени предмет» | «Ловишка, бери ленту» | «Горелки» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Найди и промолчи». | «Дует, дует ветерок» | Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения | «Подойди не слышно» |

**ОКТЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | | **3-я неделя** | | **4-я неделя** |
| *Здоровье:*; проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух).  Социализация***:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).  Коммуникация обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания  Труд***:*** учить следить за чистотой спортивного инвентаря  Познание:развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи.  Музыка:продолжать вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность в, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы. | | | | | |
| **ОРУ** | С малым мячом | Без предметов | С веревочкой | | С султанчиками(под музыку) | |
| **Основные виды движений** | 1.Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги..  2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней  3Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.  4. Ползание на четвереньках, ползание под дугу прямо и боком | 1.Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики.  2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатым между ног  3Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.  4.Лазание по гимн стенке  . | 1 Пролезание через три обруча (прямо, боком).  2Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком..  3. Перелезание с преодолением препятствия.  4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч | | 1.Ходьба по узкой скамейке  2..Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед  3.Перебрасывание мяча друг другу на ходу  4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису | |
| **Подвижные игры** | «Удочка» | «Жмурки» | «Гуси-гуси» | | Мы – весёлые ребята», | |
| **Мало**  **подвижные игры** | «Съедобное – не съедобное» | «Чудо-остров».  Танцевальные движения | «Найди и промолчи» | | «Летает- не летает». | |

**НОЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я неделя** |
| Здоровье***:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  Социализация:побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр  Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега врассыпную.  Познание:ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений(влево, вправо, вверх-вниз)  Труд:следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными движениями (лазание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и п/и | | | | |
| **Вводная часть** | Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал | | | |
| **ОРУ** | Со скакалкой | С обручем | Без предметов | Парами с палкой |
| **Основные виды движений** | 1 Прыжки через скамейку  2.Ведение мяча с продвижением вперед  3 Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч  4. Бег по наклонной доске | 1Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета»  2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя  3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях  4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове | 1Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола  2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе  3. Прыжки с места на мат,  4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо | 1.Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками  2.Спрыгивание со скамейки на мат.  3.Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя  4.Лазание по гимнастической .стенке разноименным способом |
| **Подвижные игры** | «Быстро возьми, быстро положи» | «Удочка» | «Кто скорее до флажка докатит обруч» | «Эстафета парами» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Самомассаж»  ног мячами ежиками | «Затейники» | «Найди, где спрятано» | «Две ладошки».  (музыкальная) |

**ДЕКАБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неде** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье: рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике  А. Стрельниковой.  Социализация: формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками  Коммуникация***:*** обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.  *Безопасность*: учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.  Труд:Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям | | | | | | |
| **Вводная часть** | Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | С мячом | | С обручами | | С султанчиками под музыку |
| **Основные виды движений** | 1.Прыжки из глубокого приседа  2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием  3Метание набивного мяча вдаль  4.Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед | 1.Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка.  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.  3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей  4.Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет  5.Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине) | | 1.Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз).  2.Метание мешочков вдаль правой и левой рукой.  3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.  4.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | | 1.Ходьба по гимн скамейке с отбиванием мяча о пол  2.Прыжки с разбега на мат  3. Метание в цель  4.Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка) и с мешочком на спине |
| **Подвижные игры** | «Хитрая лиса» | «Охотники и зайцы» | | «Пожарные на ученьях» | | «Два мороза» |
| **Малоподвижные игры** | «Фигуры». | «Тише едешь, дальше будешь». | | «Найди и промолчи» | | «Подарки» |

**ЯНВАРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | | **3-я неделя** | | **4-я неделя** |
| Здоровье: рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком  по ребристой поверхности.  Коммуникация: обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.  Труд:учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр.  Социализация:формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.  Познание:формировать умение двигаться в заданном  направлении, используя систему отсчёта.  Музыка:учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега ;владеет соответствующими возрасту основными движениями (прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх | | | | | | |
| **Вводная часть** | Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег | | | | | |
| **ОРУ** | С палкой | С мячом | С гирями | | С султанчиками под музыку | |
| **Основные виды движений** | 1Ходьба по наклонной доске(40см).  2.Прыжки в длину с места  3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой)  4.Ходьба по гимнастической .скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую | 1.Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове.  2.Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису  3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине)  4.Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант) | 1 Ползание под шнур боком, не касаясь руками пола.  2.Ходьба по узенькой рейке прямо и боком  3. Прыжки в высоту  с места «Достань до предмета»  4.Перебрасывание мяча снизу друг другу  5. Кружение парами | | 1Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки  2.Прыжки в длину с места.  3.Метание мяча в вертикальную цель  4.Пролезание в обруч правым и левым боком | |
| **Подвижные игры** | «Ловишка с мячом» | «Догони свою пару» | «Ловля обезъян» | | «Мы веселые ребята» | |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Ножки отдыхают».  Массаж стоп мячами ежиками | «Зимушка-зима».  Танцевальные движения | «Затейники» | | «Две ладошки»музыкальная | |

**ФЕВРАЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  Социализация ***:***побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр  Коммуникация***:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз  Труд:учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес  к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое, левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | | С палками парами | | С султанчиками под музыку |
| **Основные виды движений** | 1 Ходьба по скамейке боком приставным шагом  2. Прыжки в длину с разбега  3. Отбивание мяча правой и левой рукой  4.Ползание по-пластунски до обозначенного места | 1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.  3.Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног  4.Прыжки в высоту | | 1.Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке  2. Прыжки через бруски правым боком  3.Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо  4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней  5.Перебрасывание набивных мячей | | 1.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.  2.Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении  3.Прыжки через скамейку  4. Лазание по гимнастической стенке |
| **Подвижные игры** | «Ключи» | «Охотники и зайцы» | | «Не оставайся на полу» | | «Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Самомассаж» лица, шеи, рук | «Найди и промолчи» | | «Море волнуется» | | «Стоп» |

**МАРТ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  Социализация:создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)  Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  Безопасность***:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз  Труд:учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес  к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | | |
| **Вводная часть** | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | | С обручем | | С султанчиками под музыку |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней  2. Метание в цель из разных исходных положений  3. Прыжки из обруча в обруч  4. Ползание в обруч разными способами | 1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой  2.Перебрасывание мяча друг другу из-за головы.  3.Ползание на спине по гимнастической скамейке  4.Прыжки на одной ноге через шнур | | 1.Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой  2.Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола  3. Ползание по скамейке по-медвежьи  4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна. | | 1.Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной  2Прыжки со скамейки на мат  3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом |
| **Подвижные игры** | «Горелки» | «Пожарные на учении» | | «Бездомный заяц» | | «Караси и щука |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Мяч ведущему» | «Море волнуется» | | «Подойди не слышно» | | «Самомассаж» лица, шеи, рук |

**АПРЕЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** |
| Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  Социализация:создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)  Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз  Труд:учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес  к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | С обручем | | С кольцом | С мешочками |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной  2.Прыжки на двух ногах вдоль шнура  3.Переброска мячей в шеренгах  4. Вис на гимнастической стенке | 1.Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове  2. Ползание в обруч боком  3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями  4.Прыжки через короткую скакалку | | 1.Ходьба по скамейке спиной вперед  2.Прыжки в длину с разбега  3.Метание вдаль набивного мяча  4.Прокатывание обручей друг другу | 1.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы  2.Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками.  3.Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет  4.Прыжки через длинную скакалку |
| **Подвижные игры** | «Догони свою пару» | «Удочка» | | «Мышеловка» | «Ловишка с ленточками |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Стоп» | «Найди и промолчи» | | «Парашют» | «Кто ушел» |

**МАЙ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграционная направленность |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | | **4-я неделя** | |
| Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  Социализация:создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)  Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз  Труд:учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес  к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | | С палками | | С обручами под музыку |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.  2.Прыжки в длину с разбега).  3.Метание набивного мяча.  4.Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней | 1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.  2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.  3.Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы.  4.Прыжки на одной ноге через скакалку | | 1.Ходьба по шнуру  (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.  2.Лазание по гимнастической стенке  3. Прыжки через бруски.  4. Отбивание мяча между предметами, поставленными  в одну линию | | 1.Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками.  2.Ползание по гимнастической скамейке на животе  3.Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед  4.Лазание по гимнастической стенке |
| **Подвижные игры** | «Быстрые и меткие» | «Парашют» (с бегом) | | «Вышибалы» | | «Эстафета парами» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Найди и промолчи» | «Море волнуется» | | «Релаксация» «В лесу» | | «Тише едешь- дальше будешь» |

**III. Диагностика педагогического процесса**

**3.1. Вторая младшая группа (с 3 до 4 лет)**

Предлагаемая диагностика разработана с целью оптимизации образователь­ною процесса в любом учреждении, работающим с группой детей 3—4 лет, вне зависимости от приоритетов разработанной программы обучения и вос­питания и контингента детей. Это достигается путем использования обще­принятых критериев развития детей данного возраста и уровневым подхо­дом к оценке достижений ребенка по принципу: чем ниже балл, тем боль­ше проблем в развитии ребенка или организации педагогического процесса в группе детей. Система мониторинга содержит 5 образовательных облас­тей, соответствующих Федеральному государственному образовательно­му стандарту дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17 октября 2013 года: «Социально-коммуникативное раз­витие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно- эстетическое развитие», «Физическое развитие», что позволяет комплексно оценить качество образовательной деятельности в группе и при необходимо­сти индивидуализировать его для достижения достаточного уровня освоения каждым ребенком содержания образовательной программы учреждения.

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательным облас­тям:

1. **балл** — ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;
2. **балла** — ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые парамет­ры оценки;
3. **балла** — ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помо­щью взрослого;
4. **балла** — ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;
5. **баллов** — ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно.

Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год, если другое не предусмотрено в образовательной организации, - в начале и кон­це учебного года (лучше использовать ручки разных цветов), для проведения сравнительного анализа. Технология работы с таблицами проста и включает

1. этапа.

Этап I. Напротив фамилии и имени каждого ребенка проставляются "бал­лы в каждой ячейке указанного параметра, по которым затем считается ито­говый показатель по каждому ребенку (среднее значение = все баллы сложить (по строке) и разделить на количество параметров, округлять до десятых до­лей). Этот показатель необходим для написания характеристики на конкрет­ного ребенка и проведения индивидуального учета промежуточных результа­тов освоения общеобразовательной программы.

Этап 2. Когда все дети прошли диагностику, тогда подсчитывается итоговый показатель по группе (среднее значение = все баллы сложить (по столбцу) и разделить на количество параметров, округлять до десятых до­лей). Этот показатель необходим для описания обще-групповых тенденций (в группах компенсирующей направленности для подготовки к групповому медико-психолого-педагогическому совещанию), а также для ведения учета обще-групповых промежуточных результатов освоения общеобразовательной программы.

Двухступенчатая система мониторинга позволяет оперативно находить неточности в построении педагогического процесса в группе и выделять де­тей с проблемами в развитии. Это позволяет своевременно разрабатывать для детей индивидуальные образовательные маршруты и оперативно осу­ществлять методическую поддержку педагогов. Нормативными вариантами развития можно считать средние значения по каждому ребен­ку или обще-групповому параметру развития больше 3,8. Эти же параметры в интервале средних значений от 2,3 до 3,7 можно считать показателями про­блем в развитии ребенка социального и\или органического генеза, а также незначительные трудности организации педагогического процесса в группе. Средние значения менее 2,2 будут свидетельствовать о выраженном несоот­ветствии развития ребенка возрасту, а также необходимости корректировки педагогического процесса в группе по данному параметру \ данной образо­вательной области. (Указанные интервалы средних значений носят реко­мендательный характер, так как получены с помощью применяемых в психолого-педагогических исследованиях психометрических процедур, и будут уточняться по мере поступления результатов мониторинга детей данного возраста.)

Наличие математической обработки результатов педагогической диагно­стики образовательного процесса оптимизирует хранение и сравнение ре­зультатов каждого ребенка и позволяет своевременно оптимизировать педа­гогический процесс в группе детей образовательной организации.

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**Педагог\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О.  ребенка | Владеет простейшими навыками поведения во время еды, умывания | | Приучен к опрятности, замечает и устраняет непорядок в одежде | | Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого | | Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом | | Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места | | Катает мяч в заданном направлении с расстояния, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударяет мячом об пол, бросает вверх и ловит; метает предметы правой и левой руками | | Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение) | |
| сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май | сентябрь | май |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Литература:**

1.Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольно­го образования //Приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17 октября 2013 года (вступил в силу 01 января 2014 года).

2. Н.Е. Вераксы, Васильевой М.А., Комаровой Т.С., Комплексная программа «От рождения до школы», М., 2014.

3. Н.А Ноткина. «Оценка физического и нервно-психического разви­тия детей раннего и дошкольного возраста», СПб.,2003.

4. Л.И.Пензулаева, Физическая культура в детском саду , Москва, Мозаика-Синтез, 2014.

5.В.Н.Зимонина, Воспитание ребенка дошкольника, М, Владос, 2011.

6. М.Н.Кузнецова, Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ, -М, Айрис- Пресс, 2007.