

**Пояснительная записка**

Рабочая программа инструктора по ФК выстроена на основе Адаптированной образовательной программы дошкольного образования для детей с ОВЗ (общим недоразвитием речи) ДОУ №119 г.Липецка 5-8 лет Муниципального дошкольного образовательного учреждения детского сада комбинированного вида №119 г.Липецка.

Программа составлена в соответствии с:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года, одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года).
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013г. №1014 «Об утверждении Порядка и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования».
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении Федерального государственной образовательного стандарта дошкольного образования»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству содержания и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
5. Уставом ДОУ №119 г.Липецка.
6. Положением о рабочей программе педагогов ДОУ №119 г.Липецка

Целью данной Программы является построение системы коррекционно­развивающей работы в логопедических и комбинированных группах для детей с общим недоразвитием речи в возрасте от 5 до 8 лет, предусматривающей полную интеграцию действий всех специалистов дошкольного образовательного учреждения и родителей дошкольников. Ребенок с особыми образовательными потребностями — это ребенок с нарушениями, вследствие которых к нему нужно применять особые образовательные программы, отличные от стандартных. К таким детям также относят разные категории детей, в том числе и детей с различными нарушениями речи.

Программа адаптирована к детям с ограниченными возможностями здоровья (нарушением речи), учитывает их особенности, способствует развитию двигательных возможностей и способностей, коррекции имеющихся нарушений в психофизическом развитии ребенка. Программа обеспечивает разностороннее развитие детей с нарушением речи в возрасте от 5 до 8 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основной образовательной области - «Физическое развитие».

Сохранение и укрепление здоровья детей является приоритетным направлением работы нашего ДОУ. Комплекс физкультурных мероприятий, осуществляемых в дошкольном учреждении, направлен на совершенствование и развитие основных систем жизнеобеспечения организма ребенка.

**Цели и задачи Программы**

**Цель:** коррекция и укрепления физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья, формирование у детей с ОВЗ осознанного отношения к своим силам и уверенности в них, потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.

**Задачи Программы:**

**Образовательные задачи:**

1. Освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков.

4

2. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.

3. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.

4. Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

**Развивающие задачи:**

1. Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции)

2. Формирование и совершенствование двигательных навыков прикладного характера

3. Развитие пространственно-временной дифференцировки.

4. Обогащение словарного запаса.

Оздоровительные и коррекционные задачи:

1. Укрепление и сохранение здоровья.

2. Активизация защитных сил организма ребёнка.

3. Укрепление и развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы.

4. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).

5. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.

**Воспитательные задачи:**

1. Воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях.

2. Воспитание нравственных и морально-волевых качеств и навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости.

3. Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.

4. Формирование у учащихся осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.

**Коррекционные задачи для детей с ОНР:**

1. Повышение речевой активности на занятиях и в повседневной жизни;

2. Развитие плавности, ритмичности речи, слухового и фонематического восприятия;

3. Развитие правильного дыхания (глубокий вдох через нос, выдох ртом).

**Принципы и подходы к формированию Программы**

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора **принципов, подходов, методов в** воспитании и развитии детей.

Данная программа построена на основе **качественного подхода** к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи. Это положение развивается в трудах двух крупнейших психологов ХХ столетия - Льва Семеновича Выготского и Жана Пиаже.

**Возрастной подход** (Л.С. Выготский, А.Н.Леонтьев, Д.Б. Эльконин, Л.И. Божович, А.В.Запорожец, Ж.Пиаже) к проблеме развития психики ребенка.

Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

**Личностный подход** (Л.С. Выготский, А.Н.Леонтьев, Л.И. Божович, Д.Б. Эльконин, А.В.Запорожец) к проблеме развития психики ребенка.

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Исходя из положения, что в основе развития  лежит прежде всего эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

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

* *Принцип оздоровительной направленности,* согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
* *Принцип разностороннего и гармоничного развития личности,* который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
* *Принцип гуманизации и демократизации,* который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
* *Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений.*
* *Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередовании я нагрузок и отдыха,* лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
* *Принцип единства с семьей,* предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

Кроме принципов, выделяются методы физического развития и воспитания. Традиционно различаются три группы **методов**.

1. *Наглядные методы,* к которым относятся:

- имитация (подражание);

- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;

- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);

- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К *словесным методам* относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К *практическим методам* можно отнести выполнение движений (совместно – распределенное, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания.** К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

* *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
* *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;
* *Физические упражнения,* которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - **форм организации** физкультурно – оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;

- физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня;

- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);

- самостоятельная двигательная деятельность детей;

- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДОУ составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно – воспитательной деятельности в детском саду, направленной на физическое образование его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

1. Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50 – 60 % периода бодрствования.
2. Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интересам.
3. Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.
4. Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.
5. С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить коррекционную, дифференцированную и индивидуальную работу.
6. С детьми, проявляющими повышенный интерес к двигательной активности показывающим высокие результаты необходимо проводить систематическую работу по развитию двигательных навыков.
7. Вся физкультурно – оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей. Родителей знакомят с физкультурной работой в детском саду, информируют об уровне подготовленности ребенка (индивидуальная карта), приглашают участвовать в совместных занятиях (непосредственно образовательная деятельность по физической культуре, досуги, праздники, Дни здоровья, походы и экскурсии); рекомендуют организовать здоровый образ жизни (двигательный режим) в семье; предлагают специальную литературу и видеофильмы, изучают опыт использования физической культуры в семье.

Очень важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства.

**Возрастные особенности детей с ОНР**

Образовательный процесс осуществляется с учётом индивидуальных особенностей детей.

*Общая характеристика*

Среди невербальных симптомов в структуре речевых нарушений, приводящих к затруднению в овладении ребенком предметным миром с раннего возраста, выступает двигательная недостаточность. У большинства детей дошкольного возраста с нарушениями речи специальными исследованиями выявлена недостаточная сформированность моторных функций. Недостаточно развитая крупная моторика (движение рук, ног, туловища) проявляется в виде плохой координации частей тела при осуществлении сложных двигательных действий, их недостаточной точности и четкости, в выраженных затруднениях при выполнении физических упражнений, как по показу, так и по словесной инструкции. Несовершенство тонкой (мелкой) ручной моторики, недостаточная координация кистей и пальцев рук обнаруживается в отсутствии или плохой сформированности навыков самообслуживания.

Дети с речевыми нарушениями обычно имеют функциональные или органические изменения в центральной нервной системе. Из-за органического поражения мозга они плохо переносят жару, духоту, езду в транспорте, катание на качелях, часто жалуются на головные боли, тошноту и головокружения; у многих наблюдаются различные двигательные нарушения. Дети быстро истощаются и пресыщаются любым видом деятельности, они характеризуются раздражительностью, повышенной возбудимостью, двигательной расторможенностью, не могут спокойно сидеть, теребят что-то в руках, болтают ногами и т.п. Дети эмоционально неустойчивы, у них быстро меняется настроение, нередко с проявлением агрессии, навязчивости, беспокойства, реже наблюдаются заторможенность и вялость. Дети быстро утомляются, утомление накапливается к концу дня и к окончанию недели. Утомление сказывается на поведении ребенка, на его самочувствии; усиливаются головные боли, появляется расстройство сна, вялость либо, напротив, повышенная двигательная активность. Детям трудно сохранять усидчивость, работоспособность и внимание на протяжении всего занятия. Отмечаются неустойчивость внимания и памяти, низкий уровень понимания словесных инструкций, недостаточность регулирующей функции речи, низкий уровень контроля собственной деятельности, нарушение познавательной деятельности. Психическое состояние детей неустойчиво, поэтому и работоспособность резко меняется.

**Особенности физического развития и двигательных способностей детей**

**5-6 лет с ОНР**

Представления о физическом развитии и физической подготовленности детей с нарушениями речи носят противоречивый характер.

Выявлено значительное отставание детей-логопатов в уровне развития основных двигательных качеств, особенно мышечной силы и скоростно-силовых способностей, общей и статической выносливости, умения дифференцировать силовые и временные параметры движений.

Большая часть детей с ОНР имеет выраженные нарушения моторики, которые проявляются в некоторой замедленности выполнения заданий, недостаточной координации движений.

По абсолютным и относительным значениям кистевой и становой динамометрии, по уровню развития скоростно-силовых способностей дети, имеющие речевую патологию, достоверно уступают здоровым сверстникам.

**Особенности физического развития и двигательных способностей детей**

**6-8 лет с ОНР**

Физическое развитие детей. Наряду с общей соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций детям с нарушением речи присуще некоторое отставание в развитии двигательной сферы. Оно характеризуется плохой координацией движений, снижением скорости и ловкости выполнения упражнений. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции. Дети с общим недоразвитием речи отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части. Затруднения вызывают такие задания, как, например, перекатывание мяча с руки на руку, передача его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием, прыжки на правой и левой ноге, ритмические движения под музыку. Отмечается недостаточная координация движений пальцев, кисти руки, обнаруживается

замедленность, застревание на одной позе.

**Содержание образовательной области «Физическое развитие»**

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

***Содержание образовательной деятельности, направленное на решение задач физического развития***

**Основные цели и задачи:**

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

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

**Физическая культура.**

Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

**Содержание образовательной области по возрастам**

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

**Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

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

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

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основыва­ясь на сенсорных ощущениях.

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

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

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физ­культурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского дви­жения.

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

**Подготовительная к школе группа (от 6 до 8 лет)**

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

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упраж­нения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

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

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

***Физическая культура***

**Старшая группа**

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно вы­полнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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

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

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

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

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

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно орга­низовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и твор­чество.

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

Учить спортивным играм и упражнениям.

**Подготовительная к школе группа**

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных ви­дах деятельности.

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

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

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

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диа­гонали.

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

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

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

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвен­таря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспиты­вать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организован­ность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

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

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие витию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстника­ми, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, прояв­ляя творческие способности.

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

**Часть, формируемая участниками образовательного процесса**

* *парциальной программы Л.В.Волошиной «Играйте на здоровье»:*

**Старший возраст (5-6 лет):**

- знает о спортивных играх: хоккее, баскетболе, футболе, бадминтоне - об их истории;

- умеет играть в русскую народную игру «Городки», строить фигуры, знает историю её возникновение;

- умеет подбирать клюшку и держать её правильно, вести шайбу разными способами, не отрывая от клюшки, вокруг предмета и между ними;

- умеет бросать шайбу в ворота с места (расстояние 2-3 метра), забивать шайбу в ворота после ведения, умеет безопасно играть вдвоём, втроём;

- владеет техникой игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; бросок, ловля мяча;

- владеет простейшими технико-тактическими действиями с мячом: ведение ногами, передача мяча, обводка; владеет индивидуальной тактикой;

- умеет играть с воланом и с ракеткой; умеет отражать волан, брошенный воспитателем; умеет играть вдвоём с воспитателем;

- знаком с инвентарём для игры в настольный теннис, со свойствами целлулоидного мяча, умеет держать ракетку и действовать ей, выполнять простейшие упражнения с ракеткой и мячом.

**Старший возраст (6-8лет):**

- знает правила игры: в хоккей, в баскетбол, в футбол, в городки, в бадминтон;

- умеет играть командами по правилам;

- умеет вести шайбу клюшкой толчками, бросать шайбу после ведения;

- умеет вести, передавать и бросать баскетбольный мяч;

- умеет действовать с мячом в футболе, умеет взаимодействовать с другими игроками;

- умеет играть с воланом и ракеткой через сетку, свободно передвигаясь по площадке, используя разнообразные удары ракеткой в зависимости от игровой ситуации;

- имеет представление о настольном теннисе, как о спортивной игре, знает её правила, умеет играть за столом.

* *парциальной программы М.Ю.Картушиной «Зелёный огонёк здоровья»:*

**Старший возраст**

- имеет двигательные умения и навыки и потребность в двигательной активности;

- умеет выполнять физические упражнения в парах;

- умеет метать в цель мешочки;

- умеет быстро переключать внимание;

- имеет мотивацию здорового образа жизни;

- имеет навыки элементарного самомассажа и массажа биологически активных точек

**Объём педагогической нагрузки**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Группа**  **Объем** | **Подготовит-я логопедическая группа №6** | **Подготовит-я комбинир-я группа №7** | **Подготовит-я комбинир-я группа №3** | **Старшая комбинир-я группа №8** | **Старшая комбинир-я группа №9** |
| **Кол-во в неделю** | **3** | **3** | **3** | **3** | **3** |
| **Кол-во в месяц** | **12** | **12** | **12** | **12** | **12** |
| **Кол-во в год** | **108** | **108** | **108** | **108** | **108** |

**График проведения утренней гимнастики на 2019/2020 учебный год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Время проведения | Место проведения |
| №1 «Малышок» 3-4 лет  №2 «Колобок» 3-4 года | 8.00-8.05 | Музыкальный зал |
| №8 «Кораблик» 4-5 лет  №9 «Пчелка» 4-5 лет | 8.07-8.15 | Музыкальный зал |
| №6«Колокольчик»6-7 лет | 8.17-8.27 | Музыкальный зал |
| №4 «Ромашка»5-6  №7 «Радуга» 5-6 лет | 8.00-8.08 | Спортивный зал |
| №5 «Солнышко» 6-7 лет | 8.10-8.20  8.20-8.30 | Спортивный зал |
| №3 «Ягодка» 6-7 лет |

**График проведения физкультурных занятий на 2019/2020 учебный год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *Понедельник* | *Вторник* | *Среда* | *Четверг* | *Пятница* |
| 9.00 – 9.25 «Ромашка»  9.30 – 9.45  «Колобок»  9.55– 10.15  «Пчелка»  12.00– 12.25  «Радуга» | 9.00 – 9.20  «Пчелка»  9.45 – 10.00  «Малышок»  10.10– 10.30  «Кораблик»  10.40-11.10 «Колокольчик»  (на воздухе)  11.15-11.45  «Ягодка»  11.50– 12.20  «Солнышко» | 9.00 – 9.20  «Кораблик»  9.30 – 9.45  «Малышок»  9.50 – 10.05  «Колобок»  10.10 – 10.35  «Радуга»  12.00 – 12.30  «Солнышко» | 9.00 – 9.20  «Пчелка»  9.30 – 9.45  «Колобок»  10.00 – 10.25  «Ромашка»  10.30 – 11.00  «Ягодка»  12.00-12.30  «Колокольчик» | 9.00 – 9.25  «Кораблик»  9.30 – 9.45  «Ягодка»  9.50 – 10.20  «Ягодка»  10.25 – 10.55  «Солнышко»  11.15 – 11.40  «Радуга»  (на воздухе)  12.00-12.30  Колокольчик |

**Организация двигательного режима**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Формы организации** | **Младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая – подготовительная группы** |
| Утренняя гимнастика | 5-6 мин | 6-8 мин | 8-10 мин |
| Хороводная игра или игра малой подвижности | 2-3 мин | 2-3 мин | 3-5 мин |
| Физкультминутка во время ОД | 2 мин | 2 мин | 2 мин |
| Динамическая пауза между ОД (если нет физкультурных или музыкальных занятий) | 5 мин | 5 мин | 5 мин |
| Подвижная игра на прогулке | 6-10 мин | 10-15 мин | 15-20 мин |
| Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке | 8-10 мин | 10-12 мин | 10-15 мин |
| Динамический час на прогулке | 15-20 мин | 20-25 мин | 25-30 мин |
| Физическая культура (ОД) | 15 мин | 20 мин | 25-30 мин |
| Музыка | 15 мин | 20 мин | 25-30 мин |
| Гимнастика после дневного сна | 3-5 мин | 5-7 мин | 5-10 мин |
| Физкультурные досуги | 20 мин  1 раз/мес. | 20 мин  1 раз/мес. | 30 мин  1 раз/мес. |
| Физкультурные праздники | 20 мин  2 раз/год | 30 мин  2 раз/год | 30-40 мин  2 раз/год |
| День здоровья | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал |
| Подвижные игры и физические упражнения во второй половине дня | 6-10 мин | 10-15 мин | 15-20 мин |
| Прогулка-поход |  |  | 2 раза/год |
| Самостоятельная двигательная деятельность | ежедневно | ежедневно | ежедневно |

**Формы работы образовательной области «Физическое развитие»**

|  |  |
| --- | --- |
| Формы работы | |
| Средний дошкольный возраст | Старший дошкольный возраст |
| * Физкультурное занятие * Игровая беседа с элементами   движений   * Игра * Утренняя гимнастика * Интегративная деятельность * Упражнения * Экспериментирование * Ситуативный разговор * Беседа * Рассказ * Чтение * Проблемная ситуация | * Физкультурное занятие * Утренняя гимнастика * Игра * Беседа * Рассказ * Чтение * Рассматривание. * Интегративная деятельность * Контрольно-диагностическая   деятельность   * Спортивные физкультурные   досуги   * Спортивные состязания * Совместная деятельность   взрослого и детей тематического характера   * Проектная деятельность * Проблемная ситуация |

**Структура и организация непосредственно - образовательной деятельности**

С детьми младшего и среднего дошкольного возраста (3 - 5 года) занятия по физической культуре проводятся 3 раза в неделю (по 10 - 20 мин).

Занятия по физической культуре в старшей группе детского сада (5 - 7 лет) проводятся 3 раза в неделю продолжительностью 25 - 30 минут.

* 2 младшая группа - 3 раза в неделю (зал) - 15 мин.
* средняя группа - 3 раза в неделю (зал) - 20 мин.
* старшая группа - 2 раза в неделю (зал) и 1 раз в неделю (воздух) - 25 мин.
* подготовительная группа - 2 раза в неделю (зал) и 1 раз в неделю (воздух) - 30 мин.

Физические занятия с детьми в дошкольных учреждениях имеют свою структуру, делятся по содержанию и методам проведения.

Дети во время занятий должны быть в физкультурной форме: в майке и шортах, в матерчатых тапочках. Взрослый в спортивной одежде.

***Структура физкультурных занятий*** общепринятая и содержит три части:

* вводная (18 % общего времени занятия);
* основная (67 % общего времени занятия);
* заключительная (15 % общего времени занятия).

Такое распределение материала соответствует возможностям детей и обеспечивает нарастание физической нагрузки в течение занятия и с последующим снижением ее к концу.

Цель **первой ча**сти занятий - ввести организм в состояние подготовленности к основной части. В первой части занятия предлагаются упражнения в ходьбе, беге, построении, перестроении, несложные игровые задания.

**Вторая част**ь (основная) занятия наиболее продолжительна и содержит упражнения общеразвивающего характера, основные виды движений, в ней проводится подвижные игры. Это часть отличается наибольшей физической нагрузкой и включает все виды упражнений .

Общеразвивающие упражнения направленно воздействуют на организм в целом, на отдельные мышечные группы и суставы, а также способствуют улучшению координации движений, ориентировке в пространстве, положительно влияют на сердечно-сосудистую и дыхательную функции организма. Важное значение для правильного выполнения общеразвивающих упражнений имеет исходное положение. Используют различные исходные положения: стоя, сидя, стоя на коленях, лежа на спине и животе. Изменяя исходное положение, воспитатель может усложнить или облегчить двигательную задачу.

Общеразвивающие упражнения с предметами напоминают детям игры. Они с удовольствием играют с погремушкой, мячом, флажком, куклой. В упражнениях с предметами используются также имитационные упражнения («цыплята», «воробышки» и др.).

В зависимости от того, какой инвентарь будет использован на занятии, воспитатель продумывает и планирует построение; например, в упражнениях с палками, флажками целесообразно построение в колоннах и на достаточном расстоянии друг от друга, так как построение в шеренгах не позволит достигнуть необходимой амплитуды движений и, кроме того, может привести к травмам.

В основной части занятия используются игры большой подвижности, включающие движения, которые по возможности выполняются всеми детьми одновременно (бег, прыжки, метание, ползание и др.).

**Третья,** заключительная **часть** занятия небольшая по объему; в ней проводятся игры и игровые упражнения малой интенсивности, способствующие постепенному снижению двигательной активности. В ней используют упражнения в ходьбе, несложные игровые задания. Она обеспечивает ребенку постепенный переход от возбужденного состояния к относительно спокойному, дает возможность переключиться на другую деятельность.

Систематическое, постепенное и доступное повышение нагрузки благоприятно влияет на общее развитие ребенка и способствует улучшению его двигательной подготовленности. Вначале, как правило, новые движения дети выполняют неточно, с излишним напряжением. Поэтому к ним предъявляются минимальные требования.

Прочность усвоения упражнений и основных движений зависит от обязательного повторения пройденного (достаточное число раз).

Повторение не должно быть механическим и однообразным, теряется интерес к двигательной деятельности. Поэтому на первом этапе обучения детей, повторяя материал, следует использовать различные пособия, менять ситуацию, не изменяя характера движений.

***По содержанию и методам проведения занятия***они могут быть игровыми, сюжетными и смешанными.

***Игровые занятия*** отличаются тем, что для решения задач подбираются подвижные игры с соответствующими движениями. Занятия этого типа включают знакомые движения, в них ставится задача закрепить двигательные навыки, развивать физические качества в меняющихся ситуациях.

***Сюжетные занятия*** (двигательный рассказ) повышают интерес детей к движениям. Сюжетные занятия по физической культуре также состоят из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

Подготовительная часть повышает эмоциональное состояние детей, активизирует их внимание, готовит организм к предстоящей нагрузке. В этой части занятия создается игровая мотивация и ставится игровая задача. Но на некоторых занятиях мотивировка двигательной деятельности, основанная на игре, переносится и на начало основной части, а привлечение детей к выполнению упражнений носит опосредованный характер: музыкальное сопровождение, звучание бубна, напоминающее знакомые упражнения, и др.

В основной части занятия у детей формируют навыки выполнения движений, разучивают и закрепляют их, развивают физические качества, координационные способности. Для этой части занятия характерна кульминационная насыщенность сюжета.

В заключительной части занятия происходит постепенный переход от усиленной мышечной деятельности к спокойному состоянию, продолжается общение детей с игровыми персонажами, малыши настраиваются на самостоятельную игру.

***Смешанные занятия*** состоят из гимнастических упражнений (строевые, общеразвивающие упражнения, основные движения) и подвижных игр. Гимнастические упражнения с детьми дошкольного возраста проводятся в форме игровых упражнений.

Периодически провожу контрольные занятия. На них проверяется уровень двигательных навыков и физических качеств детей, выявляются их склонности и интересы. В разных типах занятий количество частей и их последовательность остаются неизменными и не зависят от содержания занятия, т. е. использованных гимнастических и спортивных упражнений, подвижных игр.

***Проведение физических занятий на улице***

В старшей и подготовительной к школе группе детского сада проводятся три занятия в неделю, одно из которых обязательно на свежем воздухе.

Структура каждого третьего занятия является общепринятой и строится по той же схеме (вводная, основная и заключительная части). Однако в проведении физкультурных занятий на прогулке имеются и некоторые специфические особенности.

На занятиях, проводимых на свежем воздухе, обучение основным видам движений строится посредством игровых упражнений в беге, прыжках, метании, а также с использованием игр с элементами спорта, подвижных игр. Могут также включить упражнения общеразвивающего характера без предметов и с различным инвентарем. В условиях зимы, увеличивается количество занятий с использованием упражнений на санках, лыжах и т. д.

Время занятий на прогулке зависит от климатических и погодных условий. Проводится физкультурное занятие на свежем воздухе в конце прогулки.

**Формы организации занятия**

***Занятие тренировочного типа*,** которые направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.

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

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

***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.

***Контрольно-проверочные занятия*,** целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений.

**Перспективно-тематическое планирование  
организованной образовательной деятельности**

**Старшая группа (5-6 лет)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ме-  сяц | Тема и цели занятия  1-й недели | | Тема и цели занятия  2-й недели | Тема и цели занятия  3-й недели | Тема и цели занятия  4-й недели | Виды интеграции образовательных областей |
| 1 | 2 | | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Сентябрь | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет с легкостью выполнять ходьбу и бег, энергично отталкиваясь от опоры, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его о пол правой левой рукой на месте и в движении, умеет правильно отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка. | | | | | |
| Тема | Занятия 1–3 | Занятия 4–6 | Занятие 7–9 | Занятие –10-12 | ***Физическая культура:*** развитие физических качеств в разнообразных формах двигательной деятельности; формирование правильной осанки, умения осознанно выполнять движения.  ***Здоровье****:* формировать привычку следить за опрятностью одежды, расширение представлений о составляющих здорового образа жизни (движение, сон и солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.  ***Социализация*:** формирование умения согласовывать свои действия с действиями партнеров, соблюдать в игре ролевые взаимодействия и взаимоотношения. воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычки сообща заниматься.  ***Труд***: развивать умение доводить начатое до конца. Побуждать и поощрять за подготовку и уборку спортинвентаря.  ***Познание:*** совершенствование глазомера в процессе непосредственно организованной деятельности.  ***Коммуникация:*** развитие свободного общения со взрослыми и детьми.  ***Музыка:*** развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.  ***Безопасность:*** формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни, приобщение детей к занятиям спортом и закаливанию; продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. |
| Цели | ***Упражнять*** детей -в ходьбе и беге колонной по 1;  - врассыпную,  - в сохранении устойчивого равновесия,  - в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.  *Подвижная игра* «Мышеловка»  3\* - упражнять в построении в колонны,  В равновесии и прыжках.  *Игровые упражнения*  «Пингвины»,  «Не промахнись»,  «По мостику»,  Подвижная игра «Ловишки»  *Малоподвижная игра* «У кого мяч?» | ***Повторить*** ходьбу и бег между предметами;  ***Упражнять***  - в ходьбе на носках,  Развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета),  - ловкость в бросках мяча вверх.  *Подвижная игра* «Фигуры»  6\* - повторить ходьбу и бег между предметами, врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках.  Развивать ловкость в беге;  Разучить игровые упражнения с мячом.  *Игровые упражнения:*  «Передай мяч»,  «Не задень»,  Подвижная игра «Мы веселые ребята»  *Малоподвижная игра* «Найди и промолчи» | ***Упражнять***  - в ходьбе с высоким подниманием колен,  - в непрерывном беге до 1 мин,  - в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени,  - в подбрасывании мяча вверх.  ***Развивать*** ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.  *Подвижная игра* «Удочка» | ***Разучить*** ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя,  - пролезание в обруч боком, не задевая его за край,  ***Повторить*** упражнения в равновесии и в прыжках.  ***Подвижная игра*** «Мы веселые ребята»  12\*- упражнять  - в беге на длинную дистанцию,  - в прыжках,  Повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер.  ***Игровые упражнения***  «Поймай мяч»,  «Будь ловким»,  «Найди свой цвет» |
| Ок-тябрь | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет правильно приземляться при выполнении прыжка, занимает правильное исходное положение при метании предмета, выполняет замах; перебрасывает мяч из разных и.п.; выполняет упражнения красиво, под музыку. | | | | | |
| Тема | Занятия 13–15 | Занятия 16–18 | Занятие 19–21 | Занятие 22–24 | *Физическая культура:* развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости. Совершенствование физических качеств в разнообразных формах двигательной деятельности. Воспитание стремления участвовать в играх с элементами соревнований, играх-эстафетах. Формировать привычку помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений и убирать его на место.  ***Здоровье:*** расширение представлений об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Формирование потребности в здоровом образе жизни.  ***Безопасность:*** формирование элементарных представлений о здоровом образе жизни, о полезных и вредных привычках. Развитие стремления заботиться о своем здоровье.  ***Социализация:*** поощрение самостоятельной организации детьми знакомых подвижных игр, участия в играх с элементами соревнований.  ***Коммуникация:*** развитие свободного общения со взрослыми и детьми.  ***Музыка:*** красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движения с музыкальным сопровождением. |
| Цели | **Упражнять**  - в беге продолжительностью до 1 мин,  - в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке,  - в прыжках и перебрасывании мяча.  ***Подвижная игра*** «Перелет птиц»  ***Малоподвижная игра*** «Найди и промолчи»  15\* - **повторить** ходьбу с высоким подниманием колен,  **Знакомить** с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола),  **Упражнять** в прыжках.  ***Игровые упражнения:***  «ведение мяча по подгруппам – мпальчики, девочки,  ***Подвижная игра*** «Не попадись» | **Разучить** поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по 1;  **Повторить** бег с преодолением препятствий;  **Упражнять** в прыжках с высоты;  **Развивать** координацию движений при перебрасывании мяча.  ***Подвижная игра*** « Не оставайся на полу»  ***Малоподвижная игра*** «У кого мяч?»  18\* - упражнять в ходьбе и беге;  **Разучить** игровые упражнения с мячом,  **Повторить** игровые упражнения с бегом и прыжками.  ***Игровые упражнения***  «Проведи мяч» (баскетбольный вариант)  «Мяч водящему»  «Не попадись» | **Повторить** ходьбу с изменением темпа движения,  **Развивать** координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.  ***Подвижная игра*** «Удочка»  21\* - **упражнять** в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия,  Непрерывном беге до 1 мин,  **Познакомить** с игрой в бадминтон,  **Повторить** игровое упражнение с прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «Пас друг другу»,  «Отбей волан»,  «Будь ловким» | ***Упражнять*** в ходьбе парами,  В равновесии и в прыжках.  ***Повторить*** лазанье в обруч.  Подвижная игра «Гуси-лебеди»  24\* - развивать выносливость в беге до 1,5 мин, разучить игру «Посадка картофеля»,  ***Упражнять*** в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники»  ***Игровые упражнения***  «Посадка картофеля»,  «Попади в корзину» (баскетбольный вариант)  *Подвижная игра* «Ловишки-перебежки». |
| Ноябрь | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет выполнять ходьбу и бег с различным выполнением заданий по команде воспитателя; умеет выполнять различные виды прыжков, стремиться участвовать в играх с элементами соревнования;. | | | | | |
| Тема | Занятия 25–27 | Занятия 28–30 | Занятие 31–33 | Занятие 34–36 | ***Физическая культура:*** развитие быстроты, силы, гибкости, выносливости; развитие глазомера.  ***Здоровье:*** формировать умение характеризовать свое самочувствие в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского движения.  ***Социализация:*** поощрять самостоятельную организацию детьми знакомых подвижных игр, участие в играх с элементами соревнований. Поощрение проявления честности, справедливости в играх.  ***Безопасность:*** развитие стремления заботиться о своем здоровье, развивать умение прислушиваться к своему организму, соблюдать элементарные правила заботы о нем. |
| Цели | ***Повторить*** ходьбу с высоким подниманием колен,  ***Упражнят***ь в равновесии,  Перебрасывании мячей в шеренгах.  ***Подвижная игра*** «Пожарные на учении»  27\* - повторить бег;  Игровые упражнения с мячом, в равновесии, в прыжках.  ***Игровые упражнения:***  «мяч о стенку»,  «Поймай мяч»,  «Не задень»,  ***Подвижная игра*** «Мышеловка»  ***Малоподвижная игра*** «Угадай, чей голосок» | ***Упражнять***  - в ходьбе с изменением направления движения,  Бег между предметами,  Повторить прыжки попеременно на правой и на левой ноге с продвижением вперед,  В ползании по гимнастической скамейке,  В ведении мяча между предметами.  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на полу»  30\* - повторить бег с перешагиванием через предметы  ***Развивать***  - координацию движений, ловкость,  ***Упражнять*** в беге.  ***Игровые упражнения***  «Мяч водящему»,  «По мостику»,  ***Подвижная игра*** «Ловишки с ленточками» | ***Упражнять*** в ходьбе с изменением темпа движения,  - в беге между предметами, в равновесии,  ***Повторить*** упражнения с мячом.  ***Подвижная игра*** «Удочка».  33\* - упражнять в беге, развивая выносливость,  - в перебрасывании мяча в шеренгах.  ***Повторить*** игровые упражнения с прыжками и бегом.  ***Игровые упражнения:***  «Перебрось и поймай»,  «Перепрыгни- не задень»  «Ловишки парами»  ***Малоподвижная игра*** «Летает- не летает» | ***Повторить*** ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя,  ***Упражнять*** в равновесии и в прыжках.  ***Подвижная игра*** «Пожарные на учении»  ***Малоподвижная игра*** «У кого мяч?»  36\* - ***повторить*** бег с преодолением препятствий,  Игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Мяч о стенку»  ***Подвижная игра*** «Ловишки-перебежки»,  «Удочка». |
| Декабрь | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет сохранять дистанцию друг от друга во время ходьбы и бега; сохраняет устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; активно участвует в подготовке и уборке физкультурного инвентаря; следит за внешним видом, чистотой и опрятностью физкультурной формы; проявляет поддержку и взаимовыручку при выполнении заданий. | | | | | |
| Тема | Занятия 1–3 | Занятия 4–6 | Занятие 7–9 | Занятие 10–12 | ***Физическая культура:*** развивать умение лазать по гимнастической стенке произвольным способом, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске. Поощрять активное участие в подготовке и уборке спортинвентаря.  ***Здоровье:*** знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского движения, с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале.  ***Социализация:*** воспитание дружеских взаимоотношений между детьми в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности.  ***Коммуникация:*** формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать , объяснять.  ***Музыка:*** развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением. |
| Цели | ***Упражнять***  - в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга,  ***Разучить*** ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия,  ***Повторить***  - перебрасывание мяча.  ***Подвижная игра*** «Ловишки с ленточками»  ***Малоподвижная игра*** «Сделай фигуру»  3\* -***разучить*** игровые упражнения с бегом и прыжками,  ***Упражнять*** в метании предметов на дальность.  ***Игровые упражнения:***  «Кто дальше бросит?»  «Не задень»,  ***Подвижная игра*** «Мороз Красный Нос» | ***Упражнять*** в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону;  ***Повторить*** прыжки попеременно на правой и на левой ноге, продвигаясь вперед,  ***Упражнять*** в ползании и переброске мяча.  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на полу»  ***Малоподвижная игра*** «У кого мяч?»  6\* -***повторить*** ходьбу и бег между предметами,  ***Упражнять*** в прыжках с продвижением вперед до предмета, в метании предметов на дальность.  ***Игровые упражнения:***  «Метко в цель»,  «Кто быстрее?» (прыжки)  «Пройдем по мосточку»  ***Подвижная игра*** «Мороз Красный Нос»  ***Малоподвижная игра*** «Найди, где спрятано» | ***Упражнять*** в ходьбе и беге врассыпную,  ***Закреплять*** умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер;  ***Повторить*** ползание по гимнастической скамейке;  ***Упражнять*** в сохранении устойчивого равновесия.  ***Подвижная игра*** «Охотники и зайцы»  ***Малоподвижная игра*** «Летает - не летает»  9\* - - ***упражнять*** в ходьбе по гимнастической скамейке с различными положениями для рук,  В перепрыгивании через шнуры,  В прокатывании мячей друг другу.  ***Игровые упражнения:***  «По мостику»,  «Через веревочку»,  «В ворота»  ***Подвижная игра*** «Хитрая лиса» | ***Упражнять***  - в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки,  - в беге врассыпную,  - в лазанье по гимнастической стенке,  - в равновесии и в прыжках.  ***Подвижная игра*** «Хитрая лиса»  12– **разучить** игровые упражнения с клюшкой и шайбой.  ***Игровые упражнения:***  «Ведение шайбы между предметами»  «Точный пас»  ***Подвижная игра*** «Мы веселые ребята»  «Мороз Красный Нос»  ***Малоподвижная игра*** «Найди, где спрятано» |
| Ян-варь | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег между предметами, не задевая их; выполняет лазанье по гимнастической стенке, не пропуская реек; принимает активное участие в подвижных играх, играх - соревнованиях, стремиться к самостоятельной организации игр. | | | | | |
| Тема | Занятия 13–15 | Занятия 16–18 | Занятие 19–21 | Занятие 22–24 | *Физическая культура:* поддержка интереса детей к различным видам спорта, сообщение им наиболее важных сведений о спортивной жизни страны.  *Здоровье:* поощрение самостоятельной организации дошкольниками подвижных игр, выполнения спортивных упражнений.  *Социализация: продолжать развитие игровой деятельности; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками.*  *Труд:* поощрять активность детей в подготовке и уборке спортинвентаря.  *Безопасность:* продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр.  *Познание:* развитие умение определять пространственные направления – вперед-назад, влево - вправо, вверх-вниз.  *Музыка:* развивать умение выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.  *Коммуникация:* развитие свободного общения со взрослыми и детьми. |
| Цели | ***Упражнять***  - в ходьбе и беге между предметами, не задевая их,  - в прыжках с ноги на ногу,  - в забрасывании мяча в кольцо;  ***Формировать***  - устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске.  ***Подвижная игра*** «Медведи и пчелы»  ***Малоподвижная игра по выбору детей.***  15\* - повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; с мячом и кеглями.  ***Игровые упражнения***  - ведение шайбы между предметами,  -передача шайбы на клюшку друг другу,  - «Сбей кеглю»  ***Подвижная игра*** «Ловишки парами» | ***Повторить*** ходьбу и бег по кругу;  ***Разучить*** прыжок в длину с места;  ***Упражнять*** в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.  ***Подвижная игра*** «Совушка»  18\* - ***повторить*** игровые упражнения с бегом и мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Кто быстрее»  «Пробеги – не задень»  ***Малоподвижная игра*** «Найдем зайца» | ***Повторить*** ходьбу и бег между предметами,  ***Упражнять*** в перебрасывании мячей друг другу,  ***Повторить*** задание в равновесии.  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на полу»  21\* - ***повторить*** игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием предметов на дальность.  ***Игровые упражнения:***  «Пробеги- не задень»,  «Кто дальше бросит»  ***Подвижная игра*** «Мороз Красный Нос» | ***Повторить*** ходьбу и бег по кругу,  ***Упражнения*** в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.  ***Подвижная игра*** «Хитрая лиса»  24\* - ***повторить*** игровые упражнения с бегом и прыжками; лазание по гимнастической стенке.  ***Игровые упражнения***  «По местам»,  «Пробеги – не задень»  «Кто быстрее» - лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек. |
| Февраль | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет непрерывный бег до 1,5 мин; выполняет ходьбу и бег, не наталкиваясь друг на друга: умеет лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек; принимает активное участие в играх, играх - соревнваниях, стремиться к самостоятельной организации подвижной игры; имеет представление о Российской Армии. | | | | | |
| Тема | Занятия 25–27 | Занятия 28–30 | Занятие 31–33 | Занятие 34–36 | ***Физическая культура:*** продолжать развивать психо-физические качества; поощрять активное стремление участвовать в играх с элементами соревнований.  ***Здоровье:***продолжать работу по укреплению здоровья детей.  ***Социализация:*** расширение представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности.  ***Труд:*** поощрять активность в подготовке и уборке спортинвентаря.  ***Безопасность:*** продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований.  ***Познание:*** развитие сенсорики.  ***Коммуникация:*** совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи.  *Музыка:* развитие музыкального слуха– выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. |
| Цели | ***Упражнять*** в ходьбе и беге врассыпную,  В беге до 1 мин,  В сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре,  ***Повторить*** упражнения в прыжках и забрасывании мяча в кольцо.  ***Подвижная игра*** «Охотники и зайцы»  27\* - ***повторить*** игровые упражнения с шайбой; повторить лазанье по гимнастической стенке.  Игровые упражнения:  «Проведи- не задень»  «Точный пас друг другу»  «Кто выше»  ***Подвижная игра*** «Мышеловка» | ***Повторить*** ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки,  Ходьбу и бег врассыпную;  ***Закреплять*** навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках,  ***Упражнять*** в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на полу»  30\* - ***упражнять*** в метании предметов на дальность,  Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «Кто дальше»  «Кто быстрее»  ***Малоподвижная игра*** «Найди, где спрятано» | ***Упражнять*** в ходьбе и беге между предметами,  ***Разучить*** метание в вертикальную цель;  ***Упражнять*** в лазанье под палку и перешагивании через нее.  ***Подвижная игра*** «Мышеловка»  33\* - ***повторить*** игровые упражнения с бегом и прыжками; метание предметов в цель и на дальность.  ***Игровые упражнения:***  «Точно в круг»  «Кто дальше»  ***Подвижная игра*** «Ловишки» | ***Упражнять*** в непрерывном беге,  В лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек,  В сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре,  ***Повторить*** задания в прыжках и с мячом.  ***Подвижная игра*** «Гуси-лебеди»  36\* - построение в шеренгу, перестроение в колонну по 1; ходьба с выполнением заданий.  ***Игровые упражнения:***  «Кто быстрее»  «Не попадись»  «По мостику»  ***Подвижная игра*** «Ловишки-перебежки»  ***Малоподвижная игра по выбору детей.*** |
| Март | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег с изменением темпа движения, с поворотом по команде воспитателя; принимает активное участие в эстафетах; подготавливает и убирает спортинвентарь к занятию; знает значимость физических упражнений для организма, о важности физических упражнений для здоровья. | | | | | |
| Тема | Занятия 1–3 | Занятия 4–6 | Занятие 7–9 | Занятие 10–12 | ***Физическая культура:*** продолжать обогащать двигательный опыт детей.  ***Здоровье:*** осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки,  формировать желание вести здоровый образ жизни. Расширение представлений о важности для здоровья сна, движений.  ***Социализация:***  Поощрение организации детьми знакомых подвижных игр, участия в играх с элементами соревнования.  ***Безопасность:*** развивать умение ориентироваться в зале, на физкультурной площадке; соблюдать правила безопасного поведения во время непосредственно образовательной деятельности.  ***Труд:*** продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спортивного инвентаря.  ***Познание:*** продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных.  ***Коммуникация*:** продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности.  ***Музыка:*** совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки. |
| Цели | ***Упражнять*** детей - в ходьбе колонной по 1, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя;  - в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.  ***Разучить*** ходьбу по канату с предметом на голове;  ***Подвижная игра*** «Пожарные на учении  ***Эстафета*** с большим мячом «Мяч водящему.  3\* - **повторить** игровые упражнения с бегом;  **Упражнять** в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.  ***Игровые упражнения:***  «Пас точно на клюшку»,  «Проведи – не задень»  ***Подвижная игра*** «Горелки»  ***Малоподвижная игра*** «Летает- не летает» | ***Повторить*** ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения, врассыпную;  ***Разучить*** прыжок в высоту с разбега;  ***Упражнять*** в метании мешочков в цель,  В ползании между предметами.  ***Подвижная игра*** «Медведи и пчелы»  6\* - ***повторить*** бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «Ловкие ребята»,  «Кто быстрее»  ***Подвижная игра*** «Карусель»  ***Игра малой подвижности по выбору детей.*** | ***Повторить*** ходьбу со сменой темпа движения;  ***Упражнять*** в ползании по гимнастической скамейке,  Равновесии и прыжках.  ***Подвижная игра*** «Стоп»  9\* -***упражнять*** детей в ходьбе и беге в чередовании;  ***Повторить*** игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Канатоходец»,  «Удочка» -игровое упражнение с прыжками  ***Эстафета с мячом*** «Быстро передай»  ***Игра малой подвижности*** «Угадай по голосу» | ***Упражнять*** в ходьбе с перестроением в колонны по 2 в движении;  В метании в горизонтальную цель;  В лазанье, в равновесии.  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на полу»  12\* - упражнять в беге на скорость;  ***Разучить*** упражнение с прокатыванием мяча;  ***Повторить*** игровые упражнения с прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «Прокати – сбей»,  «Пробеги – не задень»  ***Подвижная игра*** «Удочка»  ***Малоподвижная игра по выбору детей.*** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Ап-рель | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег между предметами, не задевая их; сохраняет устойчивое равновесие на повышенной площади опоре; занимает правильное и.п. при прыжках и приземляется мягко на полусогнутые ноги; выполняет лазанье по гимнастической стенке произвольным способом; проявляет честность, справедливость и взаимовыручку при проведении игр-соревнований. | | | | | |
| Тема | Занятия 13–15 | Занятия 16–18 | Занятие 19–21 | Занятие 22–24 | *Физическая культура:* продолжать формировать умение выполнять действия по сигналу воспитателя; формирование умения правильного выполнения движений; закрепления умения выполнять ведущую роль в подвижной игре, во всех формах двигательной деятельности развитие у детей организованности, самостоятельности, инициативности, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.  *Здоровье:* развивать умение заботиться о своем здоровье, воспитание потребности быть здоровым. Знакомство с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.  *Социализация:* поддерживать интерес к различным видам игр,.  *Безопасность:* продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.  *Музыка:* упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки. |
| Цели | ***Повторить*** ходьбу и бег по кругу;  ***Упражнять*** в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре;  В прыжках и метании.  ***Подвижная игра*** «Медведь и пчелы»  15\* - ***упражнять*** детей в чередовании ходьбы и бега;  Повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом. | ***Повторить*** ходьбу и бег между предметами;  ***Разучить*** прыжки с короткой скакалкой,  ***Упражнять*** в прокатывании обручей.  ***Подвижная игра*** «Стоп»  ***Малоподвижная игра по выбору детей.***  18\* - ***упражнять*** детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча;  ***Повторить*** игровые упражнения с прыжками и мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Пройди – не задень»,  «Догони обруч»,  «Перебрось и поймай»  ***Эстафета*** с прыжками «Кто быстрее до флажка»  ***Малоподвижная игра*** «Кто ушел?» | ***Упражнять*** в ходьбе и беге колонной по 1 с остановкой по команде воспитателя;  ***Повторить*** метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер;  ***Упражнять*** в ползании и сохранении устойчивого равновесия.  ***Подвижная игра*** «Удочка»  21\* - ***повторить*** бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.  ***Игровые упражнения:***  «Кто быстрее»,  «Мяч в кругу»  ***Подвижная игра*** «Карусель» | ***Упражнять*** в ходьбе и беге между предметами;  ***Закреплять*** навыки лазанья на гимнастическую стенку;  ***Упражнять*** в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.  ***Подвижная игра*** «Горелки»  ***Малоподвижная игра*** «Угадай, чей голосок?»  24\* - ***упражнять*** в беге на скорость;  ***Повторить*** игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.  ***Игровые упражнения:***  «Сбей кеглю»,  «Пробеги – не задень»,  «С кочки на кочку». |
| Май | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег легко и ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп; выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие; выполняет перестроения, повороты; участвует в упражнениях с элементами спортивных игр. | | | | | |
| Тема | Занятия25–27 | Занятия 28–30 | Занятие 31–33 | Занятие 34–36 | ***Физическая культура:***  Продолжать развитие психо - физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта детей, формирование у воспитанников потребности в двигательной активности.  ***Здоровье:*** расширять представления о здоровом образе жизни, о значении выполнения физических упражнений.  ***Социализация:*** продолжать приобщать к общепринятым правилам и нормам поведения со сверстниками и со взрослыми.  ***Безопасность:*** продолжать приобщать детей к занятию спортом и закаливанию, развитие стремление заботиться о своем здоровье. |
| Цели | ***Упражнять*** в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя;  В сохранении устойчивого равновесия на повышенной опоре;  ***Повторить*** упражнения в прыжках и с мячом.  ***Подвижная игра*** «Мышеловка»  ***Малоподвижная игра*** «Что изменилось»  27\* -***упражнять*** в беге с высоким подниманием бедра;  ***Развивать*** ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом.  ***Игровые упражнения:***  «Проведи мяч»,  «Пас друг другу»,  «Отбей волан»  ***Подвижная игра*** «Гуси-лебеди» | ***Упражнять*** в ходьбе и беге колонной по 1 с перешагиванием через предметы;  В перебрасывании мяча.  ***Разучить*** прыжок в длину с разбега,  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на полу»  ***Малоподвижная игра*** «Найди и промолчи»  30\* - ***развивать*** выносливость в непрерывном беге;  ***Упражнять*** в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер;  ***Повторить*** игровые упражнения с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Прокати – не урони»,  «Кто быстрее»  «Забрось в кольцо»  ***Подвижная игра*** «Совушка» | ***Упражнять*** в ходьбе и беге между предметами колонной по 1 и врассыпную,  ***Развивать*** ловкость и глазомер в упражнениях с мячом;  ***Повторить*** упражнения в равновесии и с обручем.  ***Подвижная игра*** «Пожарные на учении»  33\* - ***повторить*** бег на скорость;  Игровые упражнения с мячом, в прыжках.  ***Игровые упражнения:***  «Кто быстрее»,  «Ловкие ребята»  ***Подвижная игра*** «Мышеловка»  ***Эстафета с мячом.*** | ***Повторить*** ходьбу с изменением темпа движения;  Прыжки между предметами.  ***Развивать*** навык ползания по гимнастической скамейке, лежа на животе.  ***Подвижная игра*** «Караси и щука»  36\* - ***упражнять*** в ходьбе и беге с изменением темпа движения;  Игровых упражнениях с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Мяч водящему,  ***Эстафета с мячом*** «Передача мяча в колонне» (двумя руками назад)  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на земле» |

**Подготовительная к школе группа (6-8 лет)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ме-  сяц | Тема и цели занятия  1-й недели | | | | | | | | | | Тема и цели занятия  2-й недели | | Тема и цели занятия  3-й недели | | Тема и цели занятия  4-й недели | | Виды интеграции образовательных областей | | |
| 1 | 2 | | | | | | | | | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | |
| Сентябрь | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег с соблюдением дистанции, сохраняет правильную осанку во время выполнения физических упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе по повышенной точке опоре; занимает правильное и.п. при прыжках и мягко приземляется на полусогнутые ноги. | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Тема | | | | | Занятия 1–3 | | | | | Занятия 4–6 | | Занятие 7–9 | | Занятие 10-12 | | ***Физическая культура:*** формирование у дошкольников интереса и любви к спорту, к физическим упражнениям, формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности, формирование сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.  ***Здоровье****:* формировать привычку следить за опрятностью одежды, расширение представлений о составляющих здорового образа жизни (движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.  ***Социализация*:** формирование умения согласовывать свои действия с действиями партнеров, соблюдать в игре ролевые взаимодействия и взаимоотношения. Воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычки сообща заниматься.  ***Труд***: развивать умение доводить начатое до конца. Побуждать и поощрять за подготовку и уборку спортинвентаря.  ***Познание:*** совершенствование глазомера в процессе непосредственно организованной деятельности.  ***Коммуникация:*** развитие свободного общения с взрослыми и детьми.  ***Музыка:*** развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.  ***Безопасность:*** формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни, приобщение детей к занятиям спортом и закаливанию; продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр.. | | |
| Цели | | | | | ***Упражнять*** в беге колонной по 1, в умении переходить с бега на ходьбу;  В сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре.  ***Развивать*** точность движений при переброске мяча.  ***Подвижная игра*** «Ловишки»  3\* -***упражнять*** в равномерном беге и беге с ускорением;  ***Знакомить*** с прокатыванием обручей,  ***Повторить*** прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед  ***Игровые упражнения:***  «Ловкие ребята»,  «Пингвины»,  «Догони свою пару»  ***Подвижная игра*** «Вершки и корешки» | | | | | ***Упражнять*** в равномерном беге с соблюдением дистанции,  ***Развивать*** координацию движений в прыжках с доставанием до предмета,  ***Повторить*** упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.  ***Подвижная игра*** «Ловишка»  ***Малоподвижная игра*** «Летает – не летает!»  6\* - ***упражнять*** в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу  ***Игровые упражнения:***  «Быстро встань в колонну!»  «Прокати обруч»  ***Подвижная игра*** «Совушка»  ***Малоподвижная игра*** «Великаны и гномы» | | ***Упражнять*** в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов,  Развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие,  ***Повторить*** упражнение на переползание по гимнастической скамейке.  9\* - ***упражнять*** в чередовании ходьбы и бега,  ***Развивать*** быстроту и точность движения при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.  ***Игровые упражнения:***  «Быстро передай»,  «Пройди -не задень»  ***Подвижная игра*** «Совушка»  ***Малоподвижная игра*** «Летает – не летает» | | ***Упражнять*** в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя;  В ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях;  В равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий.  ***Повторить*** прыжки через шнуры.  12\* - ***повторить*** ходьбу и бег по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Прыжки по кругу»,  «Проведи мяч»,  «Круговая лапта»  ***Игра*** «Фигуры» | |
| Ок-тябрь | | | | | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег между предметами, с преодолением препятствий; выполняет прыжки, приземляясь на полусогнутые ноги; выполняет ведение мяча в прямом направлении, «Змейкой»; проявляет интерес к физкультуре и спорту, выполняет упражнения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. | | | | | | | | | | | | | | |
| Тема | | | | | Занятия 13–15 | | | Занятия 16–18 | | Занятие 19–21 | | Занятие 22–24 | | ***Физическая культура:*** развивать умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; совершенствование техники основных движений; поддерживать проявление интереса к физкультуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.  ***Здоровье:*** обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего дня в ходе подвижных, спортивных и народных игр.  ***Социализация:*** развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении норм и правил поведения.  ***Безопасность:*** развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье.  ***Коммуникация:*** побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности.  ***Музыка:*** организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыкальное сопровождение. |
| Цели | | | | | ***Закреплять*** навык ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.  ***Подвижная игра*** «Перелет птиц»  15\* -упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом,  ***Повторить*** задания с прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «Перебрось – поймай»  «Не попадись»  «Фигуры» | | | ***Упражнять*** в ходьбе с изменением направления движения по сигналу,  ***Отрабатывать*** навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки;  ***Развивать*** координацию движений в упражнениях с мячом.  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на полу»  ***Малоподвижная игра*** «Эхо»  18\* - ***повторить*** бег в среднем темпе до 1,5 мин; развивать точность броска,  Упражнять в прыжках.  ***Игровые упражнения:***  «Кто самый меткий»,  «Перепрыгни – не задень»  ***Подвижная игра*** «Совушка» | | ***Упражнять*** в ходьбе с высоким подниманием колен,  ***Повторить*** упражнение в ведении мяча, ползании, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.  ***Подвижная игра*** «Удочка» ***малоподвижная игра*** «Летает – не летает»  21\* - ***закреплять*** навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; ***развивать*** точность в упражнениях с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Успей выбежать»,  «Мяч водящему»  ***Подвижная игра*** «не попадись» | | ***Закреплять*** навык ходьбы со сменой темпа движения,  ***Упражнять*** в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.  ***Подвижная игра*** «Удочка»  24\* - ***повторить*** ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе;  ***Упражнять*** в прыжках и переброске мяча.  ***Игровые упражнения***  «Лягушки»,  «Не попадись»  ***Подвижная игра*** «Ловишки с ленточками»  ***Игра*** «Эхо» | |
| Ноябрь | | | | | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; пользуется специальными физическими упражнениями для укрепления своего организма; принимает активное участие в подготовке и уборке спортинвентаря; ориентируется в пространстве, следит за своим внешним видом. | | | | | | | | | | | | | | | |
| Тема | | | | | Занятия 25–27 | | | | Занятия 28–30 | | Занятие 31–33 | | Занятие 34–36 | | ***Физическая культура:*** закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; развитие физических качеств.  ***Здоровье:*** продолжать формировать представления о здоровом образе жизни, о значении двигательной активности в жизни человека, умения пользоваться специальными физическими упражнениями для укрепления своих органов и систем.  ***Безопасность:*** продолжать формировать навык безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортинвентарем.  ***Труд:*** поощрять активность детей в подготовке и уборке спортинвентаря.  ***Познание:*** активизация мышления детей, организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве.  ***Художественное творчество:*** привлечение внимания детей к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя.  ***Музыка:*** развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера. |
| Цели | | | | | ***Закреплять*** навык ходьбы и бега по кругу;  ***Упражнять*** в ходьбе по канату (или толстому шнуру);  В энергичном отталкивании в прыжках через шнур;  ***Повторить*** эстафету с мячом.  ***Эстафета*** «Мяч водящему»,  ***Подвижная игра*** «Догони свою пару»  ***Малоподвижная игра*** «Угадай, чей голосок»  27\* - ***закреплять*** навык ходьбы и бега, перешагивая через предметы; ***повторить*** игровые упражнения с мячом и прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «Мяч о стенку»,  «Будь ловким»  ***Подвижная игра*** «Мышеловка»  ***Малоподвижная игра*** «Затейники» | | | | ***Упражнять*** в ходьбе с изменением направления движения,  Прыжках через короткую скакалку,  Бросании мяча друг другу,  Ползании по гимнастической скамейке на четвереньках.  ***Подвижная игра*** «Фигуры»  30\* - ***закреплять*** навык ходьбы и бега с преодолением препятствий,  Ходьбе с остановкой по сигналу,  ***Повторить*** игровые упражнения с мячом и в прыжках.  ***Игровые упражнения:***  «Передача мяча по кругу»,  «Не задень»  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на полу»  ***Игра*** «Затейники» | | ***Упражнять*** в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; ***повторить*** ведение мяча с продвижением вперед,  ***Упражнять*** в лазанье под дугу, в равновесии.  ***Подвижная игра*** «Перелет птиц»  ***Малоподвижная игра*** «Летает – не летает»  33\* - ***упражнять*** в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен,  ***Повторить*** игровые упражнения с мячом и бегом.  ***Игровые упражнения:***  «Переброска мячей»,  ***Подвижная игра*** «По местам» | | ***Закреплять*** навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движнеий и ловкость,  ***Разучить*** в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой, ***повторить*** упражнения в прыжках и на равновесие.  ***Подвижная игра*** «Фигуры»  36\* - ***повторить*** ходьбу и бег с изменением направления движения,  ***Упражнять*** в поворотах с прыжком на месте,  ***Повторить*** прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы, ***упражнять*** в выполнении заданий с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Передай мяч»,  «С кочки на кочку»  ***Подвижная игра*** «Хитрая лиса»  ***Малоподвижная игра*** по выбору детей. | |
| Декабрь | | | | | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет соблюдать заданный темп в ходьбе; придумывает варианты игр; проговаривает название физических упражнений, знает их влияние на организм, оценивает качество упражнений выполнения другими детьми, как сам выполняет; умеет решать спорные вопросы в процессе двигательной деятельности, проявляет взаимовыручку. | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Тема | | | | | Занятия 1–3 | | | | | Занятия 4–6 | | Занятие 7–9 | | Занятие 10–12 | | ***Физическая культура:*** закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе; развивать умение придумывать варианты игр, проявляя творческие способности.  ***Здоровье:*** развитие творчества, самостоятельности, инициативы в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.  ***Социализация:*** развитие инициативы, организаторских способностей, умения действовать в команде.  ***Коммуникация: продолжать*** формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать , объяснять. Побуждать к называнию упражнеий, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности.  ***Музыка:*** развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.  ***Труд:*** поощрять желание подготавливать и убирать спортинвентарь к занятиям, после занятий. |
| Цели | | | | | ***Упражнять*** в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную;  В сохранении устойчивого равновесия при ходьбе в усложненной ситуации.  ***Развивать*** ловкость в упражнениях с мячом.  ***Подвижная игра*** «Хитрая лиса»  3\* - ***повторить*** ходьбу в колонне по 1 с остановкой по сигналу воспитателя,  ***Упражнять*** в продолжительном беге до 1, 5 мин,  ***Повторить*** упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Пройди – не задень»,  «Пас на ходу»,  ***Подвижная игра*** «Совушка» | | | | | ***Упражнять*** в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно,  ***Повторить*** упражнения в ползании и эстафету с мячом.  ***Подвижная игра*** «Салки с ленточкой»  ***Малоподвижная игра*** «Эхо»  6\* - ***упражнять*** в ходьбе в колонне по 1 с выполнением заданий по сигналу воспитателя,  ***Повторить*** игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.  ***Игровые упражнения:***  «Пройди – не урони»,  «Из кружка в кружок»,  «Стой» - ***игровое упражнение*** | | ***Повторить*** ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением,  ***Упражнять*** в перебрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер,  ***Упражнять*** в ползании на животе, в равновесии.  ***Подвижная игра*** «Попрыгунчики – воробушки»  9\* - ***упражнять*** в ходьбе и беге колонной по 1,  В ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя,  ***Повторить*** задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.  ***Игровые упражнения:***  «Пас на ходу»,  «Кто быстрее»,  «Пройди – не урони»  ***Подвижная игра*** «Лягушки и цапля»  ***Малоподвижная игра по выбору детей.*** | | ***Повторить*** ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону,  ***Упражнять*** в ползании по скамейке «по-медвежьи»,  ***Повторить*** упражнения в прыжках и на равновесие.  ***Подвижная игра*** «Хитрая лиса»  ***Малоподвижная игра*** «Эхо»  12\* - ***упражнять*** в ходьбе между предметами,  ***Разучить игровое задание*** «Точный пас»,  ***Развивать*** ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.  ***Игровые задания***  «Точный пас»,  «Кто дальше бросит»,  «По дорожке на одной ножке»  ***Подвижная игра*** «Два Мороза» | |
| Ян-варь | | | | | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет правильную осанку в различных видах деятельности, проявляет интерес к физкультуре, проговаривает название физических упражнений и знает их влияние на организм. | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Тема | | | | | Занятия 13–15 | | | | | Занятия 16–18 | | Занятие 19–21 | | Занятие 22–24 | | ***Физическая культура:*** развивать потребность в сохранении правильной осанки в различных видах деятельности, упражнять в статическом и динамическом равновесии, в координации движений на ориентировку в пространстве.  Поддерживать интерес к физической культуре и спорту.  ***Здоровье:*** расширять представление о значении физических упражнений для организма.  ***Социализация:*** развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении правил и норм поведения.  Безопасность: развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье.  ***Познание:*** развитие ориентировки в пространстве.  ***Коммуникация:*** формировать умение отстаивать свою точку зрения.  ***Музыка:*** проведение подвижных игр и соревнований под музыкальное сопровождение. |
| Цели | | | | | ***Повторить*** ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную по сигналу воспитателя,  ***Упражнения*** в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствия.  ***Подвижная игра*** «День и ночь»  ***Малоподвижная игра по выбору детей.***  15\* -***упражнять*** в ходьбе в колонне по 1, беге между предметами,  Ходьбе и беге врассыпную,  ***Повторить*** игровые упражнения с прыжками, подвижную игру «Два Мороза»  ***Игровые упражнения:***  «Кто быстрее2,  «По дорожке на одной ножке»,  ***Подвижная игра*** «Два Мороза». | | | | | ***Повторить*** ходьбу с выполнением заданий для рук,  ***Упражнять*** в прыжках в длину с места,  ***Развивать*** ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.  ***Подвижная игра*** «Совушка»  18\* - провести игровое упражнение «Снежная королева», упражнения с элементами хоккея, игровое упражнение с метанием предметов вдаль, игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки». | | ***Упражнять*** в ходьбе и беге с дополнительными заданиями,  ***Развивать*** ловкость и глазомер в упражнениях с мячом,  ***Повторить*** лазанье под шнур.  ***Подвижная игра*** «Удочка»  21\* - ***упражнять*** в ходьбе между предметами, разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны зала на другую.  ***Подвижная игра*** «Два Мороза». | | ***Повторить*** ходьбу и бег с изменением направления движения,  ***Упражнять*** в ползании на четвереньках,  ***Повторить*** упражнения на равновесие и в прыжках.  ***Подвижная игра*** «Паук и мухи»  ***Малоподвижная игра по выбору детей.***  24\* - ***повторить*** ходьбу между предметами, разучить игру «По местам!»  ***Игровые упражнения:***  «По дорожке на одной ножке»  «По местам»,  «Поезд» | |
| Февраль | | | | | | | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие на повышенной опоре; точно перебрасывает мяч напарнику, пролезает в обруч правым\левым боком; подлезает под дугу в группировке; энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках; имеет представление о Российской Армии; активно участвует в подвижных играх, придумывает варианты игр, стремиться к самостоятельной организации игр; умеет отстаивать свою точку зрения. | | | | | | | | | | | | | |
| Тема | | | | | Занятия 25–27 | | Занятия 28–30 | | Занятие 31–33 | | Занятие 34–36 | | ***Физическая культура:*** продолжать развивать психо-физические качества; поощрять активное стремление участвовать в играх с элементами соревнований.  ***Здоровье:***продолжать работу по укреплению здоровья детей.  ***Социализация:*** расширение представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности.  ***Труд:*** поощрять активность в подготовке и уборке спортинвентаря.  ***Безопасность:*** продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-соревнований.  ***Познание:*** развитие сенсорики.  ***Коммуникация:*** совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи.  ***Музыка:*** развитие музыкального слуха– выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом. |
| Цели | | | | | ***Упражнять*** в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола и прыжках,  ***Повторить*** упражнения в прыжках, в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.  ***Подвижная игра*** «Ключи»  27\* -***упражнять*** в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя,  ***Повторить*** игровое упражнение с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками. | | ***Упражнять*** в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук,  ***Разучить*** прыжки с подскоком,  ***Упражнять*** в переброске мяча, повторить лазанье в обруч.  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на полу»  30\* -***упражнять*** в ходьбе с выполнением заданий, ***повторить*** игровые упражнения с клюшкой и шайбой.  ***Подвижная игра*** «Фигуры», «Затейники» | | ***Повторить*** ходьбу со сменой темпа движения,  ***Упражнять*** в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге,  В метании предметов, лазанье на гимнастическую стенку,  ***Повторить*** упражнения на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания.  ***Подвижная игра*** «Не попадись»  33\* - ***упражнять*** в ходьбе с выполнением заданий, ***повторить*** игровые упражнения с клюшкой и шайбой.  ***Подвижная игра*** «Карусель». | | ***Упражнять*** в ходьбе в колонне по 1 с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами,  ***Повторить*** упражнения на равновесие и прыжки.  ***Подвижная игра*** «Жмурки»  36\* - ***упражнять*** в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; игровые упражнения с метанием предметов и прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «не попадись»,  ***Подвижные игры*** «Белые медведи», «Карусель»  ***Малоподвижная игра*** «Затейники» | |
| Март | | | | | | | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): | | | | | | | | | | | | | |
| Тема | | | | | Занятия 1–3 | | Занятия 4–6 | | Занятие 7–9 | | Занятие 10–12 | | ***Физическая культура:*** продолжать обогащать двигательный опыт детей.  ***Здоровье:*** продолжать развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.  ***Социализация:*** развивать умение использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры, справедливо оценивать результаты игры, интерес к народным играм.  ***Безопасность:***  ***Труд:*** продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спортивного инвентаря.  ***Познание:*** продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных.  ***Коммуникация*:** продолжать формировать умение доброжелательно общаться со сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности.  ***Музыка:*** совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки. |
| Цели | | | | | ***Упражнять*** в ходьбе и беге между предметами, в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с дополнительным заданием,  ***Повторить*** задание в прыжках, эстафету с мячом.  ***Подвижная игра*** «Ключи»  3\* - ***повторить*** упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Бегуны»,  «Лягушки в болоте»,  «Мяч о стенку»  ***Игра*** «Совушка»  ***Малоподвижная игра.*** | | ***Упражнять*** в ходьбе в колонне по 1, беге врассыпную,  ***Повторить*** упражнения в прыжках, ползании,  Задания с мячом.  ***Подвижная игра*** «Затейники»  ***Малоподвижная игра по выбору детей.***  6\* - ***упражнять*** в беге и прыжках,  ***Развивать*** ловкость в заданиях с мячом.  ***Игра с бегом*** «Мы веселые ребята»,  «Охотники и утки» - с мячом.  ***Игра*** «Тихо – громко» | | ***Повторить*** ходьбу с выполнением заданий,  ***Упражнять*** в метании предметов в горизонтальную цель,  ***Повторить*** упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.  ***Подвижная игра*** «Волк во рву»  ***Малоподвижная игра.***  9\* - ***упражнять*** в беге на скорость, ***повторить*** игровые упражнения с прыжками и с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Кто скорее до мяча»,  «Пас ногой»,  «Ловкие зайчата»  ***Подвижная игра*** «Горелки»  ***Малоподвижная игра*** «Эхо» | | ***Повторить*** ходьбу и бег с выполнением заданий,  ***Упражнять*** в лазаньи на гимнастическую стенку, повторить упражнения на равновесие и прыжки.  ***Подвижная игра*** «Совушка»,  ***Малоподвижная игра по выбору детей.***  12\* ***- повторить*** упражнения с бегом, прыжками и мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Салки-перебежки»,  «Передача мяча в колонне»,  «Удочка»  «Горелки». | |
| Ап-рель | | | | | | | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет правильно все виды основных движений; выполняет физические упражнения из разных и.п; четко и ритмично, следит за осанкой; метает предметы правой и левой рукой вдаль; активно участвует в играх-соревнованиях, проявляет взаимовыручку, поддерживает своих товарищей, действует в команде. | | | | | | | | | | | | | |
| Тема | | | | | Занятия 13–15 | | Занятие 16-18 | | Занятие 19–21 | | Занятие 22–24 | | ***Физическая культура:***закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; совершенствование активного движения кисти руки при броске, закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх, способствующих развитию психофизических качеств, координации движений, умения ориентироваться в пространстве.  ***Здоровье:*** обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего дня в ходе подвижных, спортивных, народных игр и физических упражнений. Расширение представлений о роли солнечного света, воздуха, воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.  **Социализация:** развитие умения действовать в команде.  **Безопасность:** продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр и игровых упражнений.  **Музыка:** упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки. |
| Цели | | | | | ***Повторить*** игровое упражнение в ходьбе и беге,  ***Упражнять*** на равновесие, в прыжках, с мячом.  ***Подвижная игра*** «Хитрая лиса»  15\* - ***повторить*** игровое упражнение с бегом,  Игровые задания с мячом, с прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «Быстро в шеренгу»,  «Перешагни – не задень»,  «С кочки на кочку»  ***Подвижная игра*** «Охотники и утки»  ***Малоподвижная игра*** «Великаны и гномы». | | ***Повторить*** упражнения в ходьбе и беге,  ***Упражнять*** в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мячей друг другу.  ***Подвижная игра*** «Мышеловка»  18\* - ***повторить*** игровое задание с ходьбой и бегом,  Игровые упражнения с прыжками и с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «»Пас ногой»,  «Пингвины»  ***Подвижная игра*** «Горелки» | | ***Упражнять*** в ходьбе в колонне по 1, в построении в пары (колонна по 2),  В метании мешочков на дальность,  В ползании, в равновесии.  ***Подвижная игра*** «Затейники»  21\* - ***повторить*** бег на скорость,  ***Упражнять*** в заданиях с прыжками, в равновесии.  ***Игровые упражнения:***  «Перебежки»,  «Пройди – не задень»,  «Кто дальше прыгнет»,  «Пас ногой»,  «Поймай мяч»  ***Малоподвижная игра*** «Тихо – громко» | | ***Повторить*** ходьбу и бег с выполнением заданий,  Упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.  ***Игровое упражнение*** «По местам»  ***Подвижная игра*** «Салки с ленточкой»  24\* - ***повторить*** игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «Передача мяча в колонне»,  ***Подвижная игра*** «Лягушки в болоте» (с прыжками)  ***Подвижная игра*** «Горелки»  ***Малоподвижная игра*** «Великаны и гномы» | |
| Май | | | | | | | Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): следит за осанкой, выполняет элементарные правила безопасного поведения во время различных игр и физических упражнений; выполняет ходьбу бег в колонне по1, перестраивается по сигналу в круг, в колонны по 2, по 3, по 4. | | | | | | | | | | | | | |
| Тема | | | | | Занятия25–27 | | Занятия 28–30 | | Занятие 31–33 | | Занятие 34–36 | | ***Физическая культура:*** совершенствование техники основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и в высоту с разбега. Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.  ***Социализация:*** воспитание доброжелательности, готовности выручить сверстника, развитие умения считаться с интересами и мнением товарищей по игре, справедливо решать споры.  ***Труд:*** закреплять умение замечать и устранять непорядок во внешнем виде, тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в одежде, в прическе; закреплять умение подготавливать и убирать спортинвентарь к занятию.  ***Безопасность:*** развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. Закрепление правил безопасного поведения во время игр в разное время года. |
| Цели | | | | | **Повторить** упражнения в ходьбе и беге,  В равновесии при ходьбе по повышенной опоре,  В прыжках с продвижением вперед на одной ноге, в бросании мяча о стенку.  ***Подвижная игра*** «Совушка»,  ***Малоподвижная игра*** «Великаны и гномы»  27\* ***- упражнять*** в продолжительном беге, развивая выносливость; ***развивать*** точность движений при переброске мяча друг другу в движении,  ***Упражнять*** в прыжках через короткую скакалку, повторить упражнения в равновесии с дополнительным заданием.  ***Игровые упражнения:***  «Пас на ходу»,  «Брось – поймай»,  Прыжки через короткую скакалку.  ***Игра по выбору детей.*** | | ***Упражнять*** в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, ***повторить*** упражнения с мячом.  ***Подвижная игра*** «Горелки»,  ***Малоподвижная игра*** «Летает – не летает»  30\* - **упражнять** в ходьбе и беге с выполнением заданий,  ***Повторить*** упражнения с мячом, в прыжках.  ***Игровые упражнения:***  «Ловкие прыгуны»,  «Проведи мяч»,  «Пас друг другу»  ***Подвижная игра*** «Мышеловка». | | ***Упражнять*** в ходьбе и беге в колонне по 1, по кругу,  В ходьбе и беге врассыпную, в метании предметов на дальность, в прыжках, в равновесии.  ***Подвижная игра*** «Воробьи и кошка»  33\* - ***упражнять*** в ходьбе и беге между предметами,  В ходьбе и беге врассыпную,  ***Повторить*** задания с мячом и прыжками.  ***Игровые упражнения:***  «Мяч водящему»,  «Кто скорее до кегли»  ***Индивидуальные игры с мячом.***  ***Подвижная игра*** «Горелки» | | ***Упражнять*** в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу, повторить упражнения в лазании на гимнастическую стенку,  ***Упражнять*** в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.  ***Подвижная игра*** «Охотники и утки»  ***Малоподвижная игра*** «Летает – не летает».  36\* - ***повторить*** игровые упражнения с бегом и ходьбой,  ***Упражнять*** в заданиях с мячом.  ***Игровые упражнения:***  «По местам»,  «Кто быстрее»,  «Пас ногой»,  «Кто выше прыгнет»  ***Подвижная игра*** «Не оставайся на земле» | |

**Социальное партнёрство с родителями**

**Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения с семьей**.

* Анкетирование родителей, в рамках мониторинга физического развития и оздоровления детей с целью выявления знаний и умений родителей в области здорового образа жизни, организации питания и двигательной активности детей, выполнения режимных моментов в семье;
* Совместно с педиатром и медицинскими работниками изучение состояния здоровья детей, анализ заболеваний за предыдущий период времени
* Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;
* Создание в дошкольном образовательном учреждении и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости у детей (создание зон различных видов физической активности, использование закаливающих процедур, разнообразных массажей, фито-, витамино-, водотерапии и т.п.);
* Участие медицинских работников, воспитателей и родителей в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей;
* Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни, необходимости выполнения общегигиенических требований, рационального режима дня, полноценного сбалансированного питания, закаливания, воздушного и температурного режима и т. д.;
* Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении;
* Обучение родителей конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательная гимнастика, массаж,  разнообразные виды закаливания и т.д.);

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Взаимодействие с родителями** | **Взаимодействие с воспитателями** |
| ***Сентябрь*** | Консультация для родителей на тему: «Правила безопасности для детей. Безопасность на дорогах». | Консультация на тему: «Вариативные формы проведения утренней гимнастики». |
| ***Октябрь*** | Оформить папку-передвижку на тему: «Роль развивающих игр для детей». | Консультация на тему: «Совместная работа воспитателя и инструктора ФК». |
| ***Ноябрь*** | Подготовить статью по теме6 «Основные направления инструктора по ФК в ДОУ в соответствии с ФГОС». | Оформить папку-передвижку на тему: «Массажная дорожка здоровья». |
| ***Декабрь*** | Консультация для родителей на тему: «Роль семьи в физическом воспитании ребенка». | Рекомендации по проведению подвижных игр в зимнее время года. |
| ***Январь*** | Памятка для родителей «Светофор». | Консультация на тему: «Воспитание ребенка в игре». |
| ***Февраль*** | Консультация для родителей на тему: «Игры, которые можно провести дома». | Оформить папку передвижку на тему: «Будь здоров, малыш». |
| ***Март*** | Познакомить родителей с комплексами утренней гимнастики. | Консультация на тему: «Безопасность жизнедеятельности». |
| ***Апрель*** | Оформить папку-передвижку на тему: «Закаляйся, если хочешь быть здоров». | Памятка на тему: «Закаливание детского организма». |
| ***Май*** | Консультация для родителей на тему: «Особенности физкультурно-оздоровительной работы в летний период». | Консультация на тему: «Особенности физкультурно-оздоровительной работы в летний период». |

* Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном образовательном учреждении и обучение их отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма (фитотерапии, ароматерапии и т.д.);
* Освещение передового опыта семейного воспитания по физкультурно-оздоровительной работе среди семей воспитанников ДОУ, проведение конференций.
* Создание газет для родителей и т. п.
* Проведение отчетных концертов для родителей по результатам кружков, функционирующих в ДОУ, в том числе и физкультурно – оздоровительного направления.

**Список литературы и материально-технического обеспечения**

1. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 80 с.
2. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Подготовительная к школе группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 80 с.
3. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Л.И.Пензулаева
4. Подвижные и речевые игры для детей 5-7 лет . А. А. Гуськова
5. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду. Игровой стретчинг.
6. Картушина М.Ю. Программа оздоровления дошкольников: «Зеленый огонек здоровья» М., ТЦ Сфера, 2007. – 208 с.
7. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. – М.: АРКТИ, 2004. – 144с.
8. Веселая физкультура для детей и их родителей. О. Б. Казина
9. Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников. О. В. Козырева
10. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ.Т. М. Бондаренко
11. Физкультурные праздники детском саду / Т.Н. Харченко, Санк-Петербург, Детство-Пресс, 2009
12. Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет Е. И. Подольская
13. Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет. Е. И. Подольская
14. Конспекты сценариев занятий по физической культуре для дошкольников/ С-П, Детство-пресс, 2006.
15. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет Е.Н. Подольская, В. Учитель, 2010
16. Необычные физкультурные занятия для дошкольников/ Е.И. Подольская, Волгоград, Учитель, 2010г.
17. Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет. Ю. А. Кириллов. СП.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008

**Материально-техническое обеспечение**

Материально-технические условия ДОУ обеспечивают высокий уровень физического развития. Детский сад оснащен в достаточном количестве мягким и жестким инвентарем, имеется необходимое физкультурное и игровое оборудование, технические средства, Имеются: телевизоры, видео и аудио магнитофоны, диапроектор, DVD, цифровой фотоаппарат, музыкальные центры, мультимедийная установка.

Развивающая предметно-пространственная среда в ДОУ содержательна, насыщенна, трансформируема, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная. Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Для занятий физической культурой в ДОУ функционирует спортивный зал и оборудована спортивная площадка, тропа здоровья. Зал оснащен всем необходимым инвентарем и оборудованием для физической активности детей тренажеры, гимнастические лестницы, ребристые доски массажные коврики, мячи, атрибуты к подвижным и спортивным играм и многое другое. На спортивной площадке размещено спортивное оборудование, тропа здоровья, яма для прыжков.

**Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения**

Оснащенность учебно-методическим обеспечением соответствует предъявляемым требованиям.

В нашем детском саду созданы все условия для физического развития детей, как в спортивном зале, так и на спортивном участке.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование ― безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

**Технические средства обучения**

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных развлечений необходим музыкальный центр и музыкальное сопровождение.

Детские песни и мелодии обновляется для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей.

Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также по всестороннему развитию каждого ребенка.

* Музыкальный центр - 1 шт. (в физкультурном зале)
* Аудиозаписи - имеются и обновляются
* Синтезатор

**Наглядно – образный материал**

* Иллюстрации и репродукции (великих спортсменов, виды спорта);
* Дидактические игры
* Игровые атрибуты для подвижных игр.
* Проектор

**Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов**

* Мячи:
  + набивные весом 1 кг,
  + маленькие (теннисные и пластмассовые),
  + средние (резиновые),
  + большие (резиновые),
  + для фитбола
  + массажные
* Гимнастический мат (длина 100 см) 2 шт.
* Гимнастический мат (длина 200х100 см) 1 шт.
* Гимнастический мат (длина 170х130 см ) 1 шт.
* Кольцеброс 7 шт.
* Кегли 38 шт.
* Гантели – 67 шт.
* Конус для эстафет : 14-оранж.;18-разноцв. шт.
* Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см) 3 шт.
* Гимнастические скамейки – 5 шт.
* Удав мягкий (150 см) - 2 шт.
* Погремушки 55 шт.
* Диск «Здоровья»: 10 –новых.;13-старых шт.
* Скакалка детская 43 шт.
* Секундомер 1 шт.
* Свисток 1 шт.
* Гимнастические стенки – 8 шт.
* Гимнастические палки пластиковые -32 шт.
* Гимнастические палки деревянные – 19 шт.
* Бревно – 1 шт.
* Обручи – 92 шт.
* Дуги для подлезания тяжелые– 2 шт.
* Велотренажёр – 2 шт.
* Батут – 2 шт.
* Гимнастические маты (140х50) – 4 шт.
* Деревянная мишень - 2 шт.
* Мешочки с песком – 27 шт.
* Деревянные лесенки – 4 шт.
* Деревянные дорожки – 2 шт.
* Набивные мячи – 2 шт.
* Длинная верёвка
* Мяч футбольный – 3 шт.
* Мяч баскетбольный – 1 шт.
* Массажные коврики – 10 шт.
* Массажные дорожки – 3 шт.
* Тренажер для пресса старый – 2 шт.
* Тренажер для пресса новый – 2 шт.
* Тренажер для рук – 2 шт.
* Беговая дорожка тренажер- 2шт.
* Канат – 2 шт.
* Дуги для подлезания новые– 7 шт.
* Стойки для прыжков в высоту деревянные – 2 шт.
* Баскетбольные кольца 2 шт.
* Степ платформа – 15 шт.
* Кочки резиновые – 12шт.
* Лыжи детские - 10 пары
* Фишки разметочные с держателем – 1 шт.
* Клюшки для хоккея
* Нестандартное спортивное оборудование

**Методические разработки.**

1. Конспекты НОД по всем возрастным группам.
2. Комплексы утренней гимнастики по всем возрастным группам.
3. Подвижные игры по всем возрастным группам.
4. Малоподвижные игры.
5. Перспективное планирование НОД по физической культуре в группах ДОУ.
6. Материалы по работе с педагогами и родителями.
7. Спортивные досуги и развлечения.
8. Спортивные праздники, дни здоровья.
9. Эстафеты, соревнования, игры-забавы, игровые упражнения.
10. Утренняя гимнастика для профилактики нарушений осанки и деформации позвоночника.
11. Альбом с фотографиями.
12. Альбом с видами спорта.
13. Аудиозаписи.

Приложение № 1

**Перспективное планирование физкультурно-оздоровительной работы**

**в ДОУ № 119 г. Липецка на 2019-2020 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Сентябрь** | **Октябрь** | **Ноябрь** | **Декабрь** | **Январь** | **Февраль** | **Март** | **Апрель** | **Май** |
| **Средняя группа** | Физкультурный досуг  «Дружба с дорожными знаками» | Физкультурный досуг  «Осенний марафон» | Физкультурный досуг  «Русские народные игры» | Физкультурный досуг  «Зимние забавы» | Физкультурный досуг  «Веселые зимние старты» | Физкультурный досуг  «Богатырские забавы» | Физкультурный досуг  «Весеннее путешествие» | Физкультурный досуг  «В гостях у Мойдодыра» | Физкультурный досуг  «Наша победа» |
|  | День здоровья |  | День здоровья |  | Физкультурный праздник |  | Всемирный  День здоровья | Физкультурный праздник  «Веселый зоопарк» |
| **Старшая группа** | Физкультурный досуг  «Путешествие по стране дорожных знаков» | Физкультурный досуг  «Осенняя кладовая» | Физкультурный досуг  «Веселые старты» | Физкультурный досуг  «Встреча зимы» | Физкультурный досуг  «Рождество» | Физкультурный досуг  «Защитники отечества» | Физкультурный досуг  «Прилетели журавли…» | Физкультурный досуг  «Путешествие по континентам» | Физкультурный досуг  «День Победы» |
|  | День здоровья |  | День здоровья |  | Физкультурный праздник  «Необитаемый остров» |  | Всемирный  День здоровья | Физкультурный праздник  «Путешествие в страну Спортландию» |
| **Подготовительная к школе группа** | Физкультурный досуг  «Веселая страна ПДДейка» | Физкультурный досуг  «Золотой листопад» | Физкультурный досуг  «Русские народные игры» | Физкультурный досуг  «Зимовье зверей» | Физкультурный досуг  «Малые зимние игры»» | Физкультурный досуг  «Армейские игры» | Физкультурный досуг  «Веселые весенние старты» | Физкультурный досуг  «День космонавтики» | Физкультурный досуг  «День Победы» |
|  | День здоровья |  | День здоровья |  | Физкультурный праздник  «Путешествие незнайки» |  | Всемирный  День здоровья | Физкультурный праздник  «Со спортом дружи, здоровым расти» |

Приложение № 2

**Перспективное планирование проведения**

**упражнений и подвижных игр для детей 6-8 лет логопедической группы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Не­  деля | №  комплекса | Лексическая  тема | Комплекс ОРУ | Подвижная игра, или игровое упражнение, или юра-эстафета (тематическая) | Подвижная игра с речевым сопровождением | Игра малой подвижности |
| Октябрь | 1-я | Комплекс 1 | Осень  Семья | 4 Что же это? Это — осень» | «Не намочи ног» | «Осенью в салу» | «Осень  наступила» |
| 2-я | Комплекс №2 | Фрукты | « Урожай» | «Яблоки,груши и сливы» | «Фрукты» | «Фруктовый сад» |
| 3-я | Комплекс №3 | Деревья кустарники | «Осень в парке» | «Найди свое дерево» | «Деревья осенью» | «Назови дерево» |
| 4-я | Комплекс №4 | Осень | «Что же это? Это-осень» | «Не намочи ноги» | «Осенью в салу» | «Осень наступила» |
| Ноябрь | 1-я | Комплекс №5 | Овощи  Ягоды Грибы | «Как хорошо,как весело» | «Ёжик в лесу» | «Овощи» | «Огород» |
| 2-я | Комплекс №6 | Посуда |  |  |  |  |
| 3-я | Комплекс №7 | Продукты питания.Одежда обувь головные уборы |  |  |  |  |
| Декабрь | 1-я | Комплекс №9 | Зима | «Белоснежная Зима» | «Стоп!» | «Первый снег» | «Зима-  невидимка» |
| 2-я | Комплекс№10 | Зимующие птицы | «Веселые  синицы» | «Совушка» | «Свиристели» | «Воробей, ворона, голубь» |
| Январь  Февраль | 3-я | Комплекс №11 | Зимние забавы | «Чудесный день» | «Быстрые санки» | «Лесная прогулка» | «Веселые друзья» |
| 4-я | Комплекс №12 | Праздник «НОВЫЙ ГОД» | «В зимнем лесу» | «Новогодние  шары» | «Дед Мороз» | «Не урони снежки» |
| 1-я | Комплекс № 13 | Рождество | Зимние забавы | Чудесный день | Быстрые санки | Лесная прогулка |
| 2-я | Комплекс №14 | Дикие животные | «Кто живет в Африке» | « Ловцы и обезьяны» | «Через джунгли» | « заячья прогулка» |
| 3-я | Комплекс №15 | Животные севере | «Кто живет на севере» | «Олени в тундре» | «Три пингвина» | «Медвежья зарядка» |
| 4-я | Комплекс №16 | Человек Пространство и время | «Самый сильны » | «Мы — веселые ребята» | «Путешествия по миру» | «Часики» |
| 1-я | Комплекс №17 | Транспорт | «Веселые путешествия» | «Растяпа» | «Машины разные нужны, машины всякие важны» | «Колеса» |
| 2-я | Комплекс №18 | Профессии | «Летчик» | «Мячи в кругах» | « Доктор» | «Угадай-ка» |
| 3-я | Комплекс №19 | Праздник  «День защиты Отечества» | «Мы моряки» | «Ловкие солдаты» | «Слава армии родной » | «Конники-наездники» |
| Март  Апрель | 4-я | Комплекс №20 | Мебель | «Дом большой» | «Стульчики» | «Три шкафа» | «Угадай-ка» |
| 1-я | Комплекс №21 | Семья. Весна | «С утра сияет солнышко» | «Платки» | « Весна пришла» | «Тюльпан» |
| 2-я | Комплекс №22 | Наш город | «Любимый Петербург» | «Весною в городе» | «На Неве» | «В летнем саду» |
| 3-я | Комплекс №23 | Весна | «Утреннее солнышко » | «Тюльпан» | «Подснежник» | «Ручеек» |
| 4-я | Комплекс №24 | Наша родина | «Родной край» | «Петушиный бой» | «Нива» | «Прогулка» |
| 1-я | Комплекс №25 | Перелетные птицы | «Перелетные птицы» | «Лебеди и гуси» | «Цапли» | «Ловушка» |
| 2-я | Комплекс №26 | Обитатели водных просторов | «Обитатели морей и океанов» | «Мы веселые дельфины» | «Морское путешествие» | «Море волнуется» |
| 3-я | Комплекс №27 | Домашние животные | «Щенячик футбол» | «Веселая собачка» | «Котята» | «Попугай» |
| 4-я | Комплекс №28 | Домашние птицы  Животные жарких стран | «Джунгли» | «Канарейка» | «Веселые львята» | «Какаду » |
| Май  у | 1-я | Комплекс №29 | День победы | «Под  солнышком  весенним» | «Быстрее , выше ,сильнее » | «Мы победители» | «Дни недели» |
| 2-я | Комплекс №30 | Цветы насекомые | «На лесной  полянке» | «Пауки мухи» | «Бабочки весной» | «Шмель» |
| 3-я | Комплекс №31 | Школьные принадлежности | «Скоро в школу!» | «Перемена» | «Ручка и тетрадь» | « Замечательный класс» |
| 4-я | Комплекс №32 | Итоговое диагностическое обследование |  |  |  | « |

Приложение № 3

**Перспективное планирование проведения**

**упражнений и подвижных игр для детей 5-8 лет комбинированной группы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Неделя | № комплекса | Лексическая тема | Комплекс ОРУ | Подвижная игра, или игровое упражнение, или юра-эстафета (тематическая) | Подвижная игра с речевым сопровождением | Игра малой подвижности |
| Сентябрь | 1-я  2-я  3-я  4-я | №11 | Игрушки  Семья | «Ярмарка» | «Горелки с Петрушкой» | «Мы-строители» | «Подарки-тетушки» |
| Октябрь | 1-я  2-я  3-я  4-я | №1  №2  №3 | Фрукты  Осень  Овощи  Ягоды, грибы | «Урожай»  «Как хорошо, как весело»  «Что же это? Это-осень» | «Яблоки, груши и сливы»  «Ежик в лесу» | «Овощи»  «Грибы»  «Осенью в саду» | «Огород»  «Осень наступила»  «Мухомор» |
| Ноябрь | 1-я  2-я  3-я  4-я | №4  №26 | Деревья, кустарники  Человек.  Пространство и время  Посуда  Продукты питания Одежда | «Осенью в парке»  «Мы пришли на космодром» | «Найди свое дерево»  «Разноцветные планеты» | «Деревья осенью»  «Вместе веселей» | «Назови дерево»  «Космический ветер» |
| Декабрь | 1-я  2-я  3-я  4-я | №9  №10  №12  №19 | Зима  Зимующие птицы  Транспорт  Праздник «Новый год» | «Белоснежная зима»  «Веселые синицы»  «В зимнем лесу»  «Веселое путешествие» | «Стоп!»  «Совушка»  «Новогодние шары»  «Растяпа» | «Первый снег»  «Свиристели»  «Дед Мороз»  «Машины разные нужны, машины всякие важны» | «Зима – невидимка»  «Воробей, ворона, голубь»  «Не урони снежки»  «Колеса» |
| Январь | 1-я  2-я  3-я  4-я | №14  №8 | Каникулы  Каникулы  Рождество. Зимние забавы  Дикие животные  Мебель | «Чудесный день»  «В зоологическом саду» | «Быстрые санки»  «Забавные лисята» | «Лесная прогулка»  «У всех своя зарядка» | «Веселые друзья»  «У белки в дупле» |
| Февраль | 1-я  2-я  3-я  4-я | №7  №19  №20 | Домашние животные  Транспорт  Домашние птицы  Праздник «День защитника отечества» | «Щенячий футбол»  «Веселое путешествие»  «Мы моряки» | «Веселая собачка»  «Растяпа»  «Ловкие солдаты» | «Котята»  «Машины разные нужны, машины всякие важны»  «Слава армии родной» | «Кошка»  «Колеса»  «Конники-наездники» |
| Март | 1-я  2-я  3-я  4-я | №24  №21  №10 | Наш город  Мамин праздник  Весна  Наша Родина. Перелетные птицы | «Любимый Липецк»  «С утра сияет солнышко»  «Родной край»  «Перелетные птицы» | «Платки»  «Весною в городе»  «Петушиный бой»  «Лебеди и гуси» | «Река»  «Весна пришла»  «Наши реки»  «Цапли» | «В парке»  «Тюльпан»  «Прогулка»  «Ловушка» |
| Апрель | 1-я  2-я  3-я  4-я | №25  №17  №16  №30 | Профессии  Животные севера  Обитатели водных просторов  Насекомые | «На стройке»  «Кто живет на севере»  «Обитатели морей и океанов»  «На лесной полянке» | «Мы теперь водители»  «Олени в Тундре»  «Мы -веселые дельфины»  «Паук и мухи» | «Кто строил дом?»  «Три пингвина»  «Морское путешествие»  «Бабочки весной» | «Тик-так-тук»  «Медвежья зарядка»  Море волнуется»  «Шмель» |
| Май | 1-я  2-я  3, 4 -я | №29  №32 | Праздник «День Победы»  Цветы  Времена года | «Под солнышком весенним»  «Полюшко» | «Веселые мотыльки»  Птицы и пугало» | «Возвращаются цветы»  «Руки человека» | «Дни недели»  «Поле пройдем» |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Деятельность специалиста | | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | | Пятница |
| Утренняя гимнастика | | 8.00 – 8.30 | 8.00 – 8.30 | 8.00 – 8.30 | 8.00 – 8.30 | | 8.00 – 8.30 |
| Подготовка к занятиям | | 8.30 – 9.00 | 8.30 – 9.00 | 8.30 –8.50 | 8.30 – 9.00 | | 8.30 – 8.50 |
| Непосредственная  образовательная деятельность | 9.00 – 9.25  9.30 – 9.45  9.55 – 10.15 | | 9.00 – 9.20  9.45 – 10.00  10.10 – 10.30  10.40 – 11.10  (на воздухе)  11.15 – 11.45  (на воздухе)  11.50 – 12.20  (на воздухе) | 9.00 – 9.20  9.30 – 9.45  9.50 – 10.05  10.10 – 10.35  11.00 – 11.25  (на воздухе)  12.00 – 12.30 | | 9.00 – 9.20  9.30 – 9.45  10.00 – 10.25  10.30 – 11.00  11.30 – 12.00  ( | 9.00 – 9.25  9.30 – 9.45  9.50 – 10.20  10.25 – 10.55  11.15 – 11.40  (на воздухе)  12.00 – 12.30 |
|  | | 12.00 – 12.25 |
| Индивидуальная работа с одаренными детьми | | 11.30 – 11.55 |  |  | |  | 10.20 – 11.00 |
| Подготовка к спартакиаде | | 10.20-10.50 |  |  | | 12.05 – 12.30 |  |
| Индивидуальная работа с детьми | | 10.55-11.25 |  |  | |  |  |
| Консультация с воспитателями | |  | 13.00 – 14.00 |  | | 13.00 –13.30 |  |
| Консультация со специалистами | | Музыкальный руководитель  13.00 – 14.00 | Логопед (подг.группа)  13.00 – 13.30 | Психолог  12.30 – 13.00 | | Логопед (ст.группа)  13.30 – 14.00 | Мед.персонал  13.00 – 14.00 |
| Консультация для родителей | |  |  | 13.00-14.00 | |  |  |