

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад №7
городского округа – город Камышин
(МБДОУ Дс №7)

Рассмотрено/ согласовано
Педагогический совет
Протокол № 1 от 22.08.2024 г.



Введено в действие приказом МБДОУ Дс №7
№ 103-о от «22» августа 2024 года

Л.А.Половко

Заведующий МБДОУ Дс №7

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 8 ЛЕТ
НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования)
- Федеральной образовательной программы дошкольного образования (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28 декабря 2022 г.)
- Образовательной программы дошкольного образования МБДОУ Дс № 7 (утверждена приказом № 115-о от 28.08.2023 г.)

Разработчик программы
инструктор по физической культуре:
Князева Елена Александровна

г. Камышин
2024 г.

| № п/п | содержание | страница |
|------------------|---|-----------------|
| | Введение | 4 |
| 1. | Целевой раздел | 5 |
| 1.1. | Пояснительная записка | 5 |
| 1.2. | Цель и задачи рабочей программы | 5 |
| 1.3. | Принципы и подходы к формированию рабочей программы | 6 |
| 1.4. | Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста | 7 |
| 1.5. | Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие» | 7 |
| 1.6. | Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов | 8 |
| 2. | Содержательный раздел | 9 |
| 2.1. | Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста | 9 |
| 2.1.1. | Задачи физического развития детей 3-4 лет | 9 |
| 2.1.2. | Задачи физического развития детей 4-5 лет | 9 |
| 2.1.3. | Задачи физического развития детей 5-6 лет | 10 |
| 2.1.4. | Задачи физического развития детей 6-7 лет | 10 |
| 2.2. | Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников | 11 |
| 2.2.1. | Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-4 лет | 12 |
| 2.2.2. | Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет | 13 |
| 2.2.3. | Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет | 14 |
| 2.2.4. | Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет | 16 |
| 2.3 | Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие» | 20 |
| 2.4. | Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы | 21 |
| 2.5. | Взаимодействие педагогов | 23 |
| 2.6. | Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик | 24 |
| 2.7. | Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие» | 25 |
| 3. | Организационный раздел | 25 |
| 3.1. | Особенности организации РППС | 25 |
| 3.2. | Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие» | 25 |
| 4. | Приложения к РП по реализации ОО «Физическое развитие» | 27 |
| | Приложение 1. Двигательный режим детей дошкольного возраста | 27 |
| | Приложение 2. План проведения досуговых мероприятий и праздников | 29 |
| | Приложение 3. Список спортивного оборудования и инвентаря | 31 |
| | Приложение 4. Расписание ОД по физическому развитию | 32 |
| | Приложение 5. План работы с семьями воспитанников | 33 |
| | Приложение 6. Календарный план воспитательной работы | 34 |
| | Приложение 7. Комплексно-тематическое планирование по ФК | 35 |

Введение:

Содержание образования должно содействовать взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, народами независимо от расовой, национальной, этнической, религиозной и социальной принадлежности, формированию и развитию личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями.

Основополагающими функциями дошкольного уровня образования в соответствии с ФООП являются:

1. Воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как Гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами.
2. Создание единого ядра содержания дошкольного образования, ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям русского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины.
3. Создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания. [1, с. 2].

ФГОС ДО и ФООП являются основой для разработки и утверждения ДОО образовательной программы дошкольного образования.

В ФООП ДО определены единые для Российской Федерации базовые объем и содержание ДО, осваиваемые обучающимися в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, и планируемые результаты освоения образовательной программы. Содержание и планируемые результаты разрабатываемых в ДОО образовательных программ (в том числе и рабочих программ педагогов) должны быть не ниже соответствующих содержания и планируемых результатов Федеральной программы.

Образовательная программа ДОО (рабочие программы педагогов) в соответствии с ФГОС ДО и ФООП содержит целевой, содержательный, организационный разделы.

Расшифровка применяемых в тексте обозначений и сокращений

РП – рабочая программа

ИФК – инструктор по физической культуре

ФООП – федеральная образовательная программа

ДО – дошкольное образование

ДОО – дошкольная образовательная организация

РФ – Российская федерация

ФГОС ДО – федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования

ОВД – основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, ползание, ланье, катание, ловля, бросание)

ОРУ – общеразвивающие упражнения

ЗОЖ – здоровый образ жизни

ПИ – подвижные игры

РППС – развивающая предметно-пространственная среда

СанПиН – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды

обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физкультуре определяет содержание образовательной деятельности ДОО в рамках образовательной области «Физическое развитие» и обеспечивает физическое развитие воспитанников ДОО в возрасте от 2 до 8 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Основу рабочей программы составляют следующие нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155;
3. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
4. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.
5. Устав МБДОУ Детский сад №7
6. Основная образовательная программа МБДОУ Детский сад №7

В РП сформулированы цели, задачи, содержание образовательной деятельности по физическому развитию, предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от двух до восьми лет, а также результаты, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

РП описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ ЗОЖ, освоению здоровьесберегающих умений.

РП включает перечень основных движений, ОРУ, музыкально-ритмических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация РП ИФК предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных развлечений, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурно-массовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, и т.д.).

Вариативная часть РП направлена на обогащение двигательного опыта дошкольников, связанного с использованием нестандартного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы

Цель РП: создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

Цель РП достигается через решение **задач**, обозначенных в ФОП ДОО:

- обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей [1, стр. 4].

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

РП ИФК по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП ДОО и ФГОС ДО построена на следующих принципах:

Принцип учёта ведущей деятельности:

- реализуется в соответствии с ФОП ДОО и в контексте всех перечисленных в ФГОС ДО видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода – от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно - манипулятивной) и игровой деятельности;

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей:

- учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;

Принцип амплификации детского развития

- рассматривается как направленный процесс обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей со взрослыми и сверстниками, соответствующий возрастным задачам дошкольного возраста;

Принцип единства обучения и воспитания

- как интеграция двух сторон процесса образования, направленная на развитие личности ребенка и обусловленная общим подходом к отбору содержания и организации воспитания и обучения через обогащение содержания и форм детской деятельности;

Принцип преемственности образовательной работы

- реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. РП в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьёй;

Принцип сотрудничества с семьёй:

- реализация РП в соответствии с ФОП предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка;

Принцип здоровьесбережения:

- при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию.

1.4. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возрастов

Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходима для правильной организации и осуществления образовательного процесса, как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения (группы).

Реализация РП ИФК по физическому развитию детей в возрасте от 2 до 8 лет в ДОО опирается на основные показатели физического развития, развития функциональных систем, моторики, психических функций, коммуникативных навыков, социализацию, приоритетные виды детской деятельности, обозначенные в ФОП [1, стр. 11-18].

1.5. Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»

В соответствии с ФГОС, ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения образовательной программы в рамках ОО «Физическое развитие» представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО.

К четырем годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;

- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье [1, стр. 21-22].

К пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;

- ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;

- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации [1, стр. 22].

К шести годам:

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;
- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей [1, стр. 23-24];

К концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пешеходных прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям [1, стр. 25].

1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика в ДОО – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности [1, стр. 27].

Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Направления и цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО.

Педагогическая диагностика не является обязательной процедурой, вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им образовательной программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Педагогическая диагностика физического развития воспитанников ДО проводится ИФК, воспитателями, на основе наблюдения, специальных диагностических ситуаций.

Для проведения диагностики физического развития используются методические рекомендации Ноткиной Н., Казьминой Л. И др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста»

Периодичность проведения педагогической диагностики: 2 раза в год.

Стартовая – на этапе поступления ребёнка в дошкольную группу.

Финальная – на завершающем этапе освоения программы определённой возрастной группы

2. Содержательный раздел

Содержание работы по физическому развитию дошкольников реализуется инструктором по физкультуре, педагогами ДОО в соответствии с ФОП, ФГОС ДО, образовательной программой ДОО, методикой физического развития детей от 2 до 8 лет.

Содержание ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП предусматривает решение ряда специфических задач:

2.1 Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста:

2.1.1. Задачи физического развития детей 3-4 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, ОВД, ОРУ, спортивным упражнениям, музыкально - ритмическим упражнениям, подвижным играм;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию движений;
- формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к ЗОЖ, формируя полезные привычки.

2.1.2. Задачи физического развития детей 4-5 лет

- обогащать двигательный опыт ребенка, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, обучая техничному выполнению разнообразных физических упражнений, музыкально-ритмических движений в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать учить быстро и самостоятельно ориентироваться в пространстве, выполнять движения скоординировано, согласованно;
- продолжать формировать психофизические качества, координацию движений, равновесие, меткость;
- воспитывать волевые качества, произвольность, стремление соблюдать правила в ПИ, проявлять творчество и самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- воспитывать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, разным формам двигательной деятельности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, способствовать правильному формированию опорно-двигательного аппарата, осанки, укреплению иммунитета средствами физического воспитания;

- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье;
- воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью.

2.1.3. Задачи физического развития детей 5-6 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения;
- способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков;
- продолжать развивать психофизические качества, координацию, равновесие, меткость, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений;
- учить соблюдать правила в ПИ, взаимодействовать в команде, согласовывать действия свои и других детей, ориентироваться в пространстве;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;
- формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах, влияющих на здоровье, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, учить осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

2.1.4. Задачи физического развития детей 6-8 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт, совершенствовать двигательные умения и навыки в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать осваивать элементы спортивных игр и упражнений, туристские навыки;
- развивать психофизические качества, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений, ориентировку в пространстве;
- воспитывать стремление соблюдать правила в подвижной игре, учить самостоятельно их организовывать и проводить, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства, нравственно-волевые качества гражданскую идентичность в двигательной деятельности;
- формировать осознанную потребность в двигательной активности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления;
- формировать представление о туризме, как форме активного отдыха, физкультуре и спорте, спортивных достижениях;
- продолжать учить осознанно выполнять правила безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Для решения поставленных задач в каждой возрастной группе используются следующие

формы организации двигательной деятельности:

- утренняя гигиеническая гимнастика
- физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе
- физкультминутки
- физкультпаузы
- подвижные игры
- бодрящая гимнастика
- индивидуальная работа по развитию движений в зале и на прогулке
- активный отдых (досуги, развлечения, праздники, туристические прогулки и походы, динамический час)
- самостоятельная двигательная деятельность

и типы занятий:

- учебно-тренировочное
- сюжетное
- игровое
- тренировочное
- комплексное
- физкультурно-познавательное
- тематическое
- нетрадиционное
- контрольное.

2.2. Содержание образовательной деятельности

РП направлена на:

- обеспечение гармоничного физического развития, приобретение опыта в различных видах двигательной деятельности, развитие психофизических качеств, формирование навыков правильной осанки, развитие координационных способностей, равновесия, мелкой моторики;
- формирование начальных представлений о видах спорта, достижениях российских спортсменов, овладение подвижными играми, играми с правилами, элементами спортивных игр и упражнений;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, формирование знаний о различных видах активного отдыха.

Рабочая программа построена в соответствии с ФОП и ФГОС ДО на интегративном подходе сочетания образовательных областей, в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания ОО «Физическое развитие» решаются как самостоятельно, так и в ходе реализации других ОО. («Социально - коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие»)

2.2.1. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 3 до 4 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 124-125];

ОРУ:

- без предметов, с предметами (мячи, кубики 2 цветов, кегли, обручи, и т.п.), с опорой и на опоре (стул, скамейка), из разных исходных положений [1, стр. 125];

Строевые упражнения:

- построение в шеренгу, колонну по одному, круг по ориентирам с нахождением своего места в строю, повороты переступанием по показу, ориентиру.

Музыкально-ритмические упражнения:

- ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на полупальцах, топающим шагом, вперед, приставным шагом прямо и боком;

- имитационные движения, разнообразные образно-игровые упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, быстрая белка и т. д.);

- поочередное выставление ноги вперед, пятку, притопывание одной ногой, приседания «пружинки», прямой галоп, кружение [1, стр. 125].

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения;

- несюжетные игры;

- игры на развитие ориентировки в пространстве;

- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации;

- малоподвижные игры [1, стр. 125-126]

Спортивные упражнения:

- катание на санках: по прямой дорожке игрушек, друг друга, с невысокой горки;

- катание на трехколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево;

Активный отдых:

- физкультурные досуги 1-2 раз в месяц;

- дни здоровья 1 раз в квартал.

Целевые ориентиры к концу 4-го года жизни:

- ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях и выполнении основных движений, в подвижных играх;

- по показу педагога принимает исходное положение, более уверенно выполняет движения, сохраняет равновесие при выполнении физических упражнений, музыкально-ритмических движений, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое, выполняет общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;

- осваивает спортивные упражнения;

- проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм, знает правила в подвижных играх, стремится к выполнению ведущих ролей в игре;

- понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки, знает основные правила безопасного поведения в двигательной деятельности [1, стр. 116-127].

2.2.2. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 4 до 5 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 127-129].

ОРУ:

- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём [1, стр. 128]

Строевые упражнения:

- построение в колонну по одному, по два, враспынную;
- построение по росту;
- размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без;
- перестроение из колонны по одному, в колонну по два, в движении;
- перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам;
- повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте [1, стр. 129].

Ритмическая гимнастика:

- ходьба под ритм, музыку в разном темпе на полупальцах, топающим шагом, вперед и назад (спиной), приставным шагом прямо и боком, галопом в сторону, согласовывая с началом окончания музыки;
- ходьба по кругу за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении, прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под ритм и музыку;
- выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмично хлопать в ладоши;
- комбинации из двух освоенных движений.

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения
- несюжетные игры
- игры на развитие ориентировки в пространстве
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации
- народные игры
- малоподвижные игры [1, стр. 128].

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Активный отдых:

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц;

- дни здоровья 1 раз в квартал;

- участие в физкультурных праздниках 2 раза в год в качестве зрителей [1, стр. 130].

Целевые ориентиры к концу 5-го года жизни:

- ребенок осваивает разнообразные физические и музыкально-ритмические упражнения, проявляет двигательную активность и психофизические качества, демонстрирует координацию движений, развитие глазомера, ориентировку в пространстве ориентирами и без, стремится сохранять правильную осанку;

- проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, с желанием выполняет упражнения основной гимнастики, участвует в подвижных играх и досуговой деятельности;

- проявляет настойчивость и упорство для достижения результата, стремится к победе, соблюдает правила в подвижных играх, переносит освоенные упражнения в самостоятельную двигательную деятельность;

- знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности;

- знает об отдельных факторах, положительно влияющих на здоровье, имеет сформированные полезные привычки [1, стр. 130].

2.2.3. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 5 до 6 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 131-132].

ОРУ:

- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём [1, стр. 131-132].

Строевые упражнения:

- построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и без), по диагонали, в два и три звена;

- перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без;

- повороты направо, налево, кругом;

- размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика:

- ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе;

- ходьба на высоких полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), с ускорением и замедлением темпа;

- легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение);
- подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружения по одному и в парах. [1, стр. 132].

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения;
- несюжетные игры;
- игры на развитие ориентировки в пространстве;
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации;
- народные игры;
- малоподвижные игры [1, стр. 132-133].

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки;

Катание на двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью;
- с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.

Спортивные игры:

Городки:

- бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м).

Элементы баскетбола:

- перебрасывание мяча друг другу от груди;
- ведение мяча правой и левой рукой;
- забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди;
- игра по упрощенным правилам.

Бадминтон:

- отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом

Элементы футбола:

- отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

Активный отдых:

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц;
- физкультурные праздники 2 раза в год;
- дни здоровья 1 раз в квартал;
- туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 2 км (в оба конца) в теплый период года, и до 1 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 1,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20 минут).

Целевые ориентиры к концу 6-го года жизни:

- ребенок выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно;
- проявляет в двигательной деятельности сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества;
- способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее;
- стремится осуществлять самоконтроль и дает оценку двигательным действиям других детей и своим, свободно ориентируется в пространстве, овладевает некоторыми туристскими умениями;
- проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам и экскурсиям;
- умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него, имеет представление о правилах гигиены, понимает необходимость сохранения и укрепления здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремиться заботиться о своем здоровье и здоровье других людей;
- имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремится их соблюдать [1, стр. 134-135].

2.2.4. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 6 до 8 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 136-137];

ОРУ:

- в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с паузами и поточно, под счет, музыку и др. [1, стр. 137];

Строевые упражнения:

- самостоятельные построения в колонну по одному, в круг, шеренгу;
- перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3);
- расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две;
- равнение в колонне, шеренге, кругу;
- размыкание и смыкание приставным шагом;
- повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика:

- отдельные комплексы из 6–8 упражнений под музыку;
- танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками;
- поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке;

- ритмичная ходьба с носка, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, в сторону;
- кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону, на носок и на пятку, в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук вверх, в сторону в такт и ритм музыки [1, стр. 137].

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения
- несюжетные игры
- игры на развитие ориентировки в пространстве
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации
- народные игры
- малоподвижные игры

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Спортивные игры

Городки:

- бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение.
- построение 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола:

- передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча);
- перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении;
- ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон;
- забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча;
- ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола:

- передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;
- ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота;
- играть по упрощенным правилам.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве):

- ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы;
- прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой;
- ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними;

- забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева);
- попадание шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

Бадминтон:

- перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса:

- подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену);
- подача мяча через сетку после его отскока от стола.

Активный отдых:

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц;
- физкультурные праздники 2 раза в год;
- дни здоровья 1 раз в квартал;
- туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 3 км (в оба конца) в теплый период года, и от 1 до 2 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 2,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20-30 минут) [1,139].

Целевые ориентиры к концу 7-го года жизни:

- ребенок результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием выполняет физические упражнения, музыкально-ритмические упражнения и их комбинации с пособиями и без, осваивает элементы спортивных игр по возрасту, проявляет психофизические качества, меткость, глазомер, сохраняет равновесие, правильную осанку, свободно ориентируется в пространстве без ориентиров;
- осуществляет самоконтроль, может дать оценку выполнения упражнений другими детьми;
- проявляет двигательное творчество, может придумать комбинации движений в общеразвивающих упражнениях и подвижных играх, с удовольствием импровизирует;
- активно и с желанием участвует в подвижных играх и эстафетах, проявляет инициативу, может их самостоятельно организовать и провести со сверстниками и младшими детьми;
- проявляет инициативу, находчивость, морально-нравственные и волевые качества (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.), оказывает помощь товарищам, стремится к личной и командной победе, демонстрирует ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- имеет начальные представления о правилах здорового образа жизни, мерах укрепления здоровья и профилактики, организме человека, владеет навыками личной гигиены, может определить и описать свое самочувствие, знает, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье;
- имеет представление о некоторых видах спорта и спортивных достижениях, соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности и во время пеших туристских прогулок и экскурсий,
- стремится оказать помощь и поддержку больным людям, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

Содержание образовательной деятельности в рамках ОО «Физическое развитие» реализуется в соответствии с ФООП, с опорой на УМК к программе «От рождения до школы», перспективным

планированием обучения основным видам движений. (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 7. Комплексно-тематическое планирование по ФК).

Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:

1. Антонова Ю.А. Лучшие спортивные игры для детей и родителей. – М.: «Дом XXI век», 2006.
2. Борисова М7М7, Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
3. Игрунов Н. Большая энциклопедия детских игр. – М.: «РИПОЛ КЛАССИК», 2001.
4. Картушина М.Ю. Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2008.
5. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. – Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005.
6. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).
7. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет).
8. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).
9. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).
10. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
11. Подольская Е.И. Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет. – Волгоград:

2.3. Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие»

При реализации РП по физическому развитию в образовательной деятельности, в режимных моментах, при организации активного отдыха, туристических походах и прогулках педагоги ДОО особое внимание уделяют следующим аспектам:

2-я младшая группа

- формированию умения выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях;
- выполнять ОРУ, музыкально-ритмические упражнения;
- созданию условия для освоения ОВД и спортивных упражнений, организации подвижных игр, помощи детям выполнять движения естественно, согласованно, сохраняя равновесие;
- формированию умения слышать указания педагога, принимать исходные положения, реагировать на зрительный и звуковой сигналы, начинать и заканчивать движение по сигналу, соблюдать правила в подвижных играх;
- организации активного отдыха, приобщению детей к ЗОЖ, овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитанию полезных для здоровья привычек.

Средняя группа

- формированию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств;
- обучению точно принимать исходные положения, поддержанию стремления соблюдать технику выполнения упражнений, правил в подвижных играх;
- умению слушать и слышать указания педагога, ориентироваться на словесную инструкцию и зрительно-слуховые ориентиры;
- развитию умения использовать движения в самостоятельной двигательной деятельности, импровизировать, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, проявлять

целеустремленность и упорство в достижении цели;

- овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формированию представлений о правилах поведения в двигательной деятельности, закреплению полезных привычек, способствующих укреплению и сохранению здоровья.

Старшая группа

- развитию и совершенствованию двигательных умений и навыков, психофизических качеств и способностей, обогащению двигательного опыта детей разнообразными физическими и музыкально-ритмическими упражнениями;

- поддержке детской инициативы, формированию стремления творчески использовать упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;

- закреплению умения самостоятельно точно, технично выразительно выполнять упражнения под счет, ритм, музыку, по показу и по словесной инструкции, осуществлять самоконтроль и самооценку выполнения упражнений;

- обучению подвижным играм, элементам спортивных игр, играм-эстафетам;

- поощрению стремления выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил, преодолевать препятствия, проявлять нравственно-волевые качества, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками;

- расширению и закреплению представлений о здоровье, ЗОЖ, формированию элементарных представлений (на доступном уровне) об организме человека, о разных формах активного отдыха, включая туризм, формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности;

- организует для детей и родителей туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

Подготовительная группа

- закреплению и совершенствованию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств и способностей;

- созданию условий для дальнейшего закрепления и совершенствования навыков выполнения ОВД и их комбинаций, ОРУ, спортивных упражнений, освоению элементов спортивных игр, игр-эстафет, музыкально-ритмических упражнений;

- обучению выполнять упражнения под счет, ритмично, в соответствии с разнообразным характером музыки, а также технично, точно, выразительно выполнять движения.

- обучению детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и оценку выполнения упражнений;

- поддержанию стремления творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности, организовывать и придумывать подвижные игры, ОРУ, комбинировать движения, импровизировать;

- приобщение детей к ЗОЖ: расширение и уточнение представлений о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, мерах профилактики болезней, поддержание интереса к физической культуре, спорту, активному отдыху, воспитание полезных привычек, осознанного, заботливого, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;

2.4. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации РП

Формы, способы, методы и средства реализации РП по физическому развитию дошкольников определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

2.4.1. Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию

В соответствии с ФГОС ДО, ФООП основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО:

- образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных процессов;
- самостоятельная деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации РП по физическому развитию [1, стр. 148-151]

2.4.2. Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации ОД по физическому развитию в ДОО соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО.
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Проведение спортивных соревнований туристических походов обеспечиваются присутствием медицинского работника. Проведение туристических походов с выходом за территорию ДОО оформляются приказом заведующего ДОО, в соответствии с нормативными актами, разработанными в ДОО.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

(см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1.: Двигательные режимы детей дошкольного возраста; ПРИЛОЖЕНИЕ 2.: План проведения досуговых мероприятий и праздников)

2.4.3. Средства реализации РП по физическому развитию дошкольников

При реализации РП для развития двигательной деятельности используются следующие средства: спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

(см. ПРИЛОЖЕНИЕ 3: Список спортивного оборудования и инвентаря)

2.4.4. Методы реализации РП по физическому развитию дошкольников

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ ЗОЖ традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

Наглядные методы:

- способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике;
- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).

Вербальные методы (словесные):

- направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных

случаях;

- название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуя созданию более точных зрительных представлений о движении.

Практические методы:

- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений;

- применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений.

- закрепления двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях.

- при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях.

информационно-рецептивный метод:

- предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагогов или детей, чтение);

репродуктивный метод:

- создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель);

метод проблемного изложения:

- постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений;

эвристический метод (частично-поисковый):

- проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях);

исследовательский метод:

- составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование). [1, стр. 142]

Выбор форм, методов, средств реализации РП по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательным потребностям предпочтениях детей. Их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации РП.

2.5. Взаимодействие педагогов

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие всех участников образовательного процесса – администрации ДОО, инструктора по физической культуре, воспитателей, педагога-психолога, музыкального руководителя, родителей.

Взаимодействие с администрацией ДОО.

Заведующий детским садом и заместитель заведующего по УВР обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнёрами.

Взаимодействие с медицинским персоналом

В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.

Взаимодействие с воспитателями

ИФК оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению.

В образовательной деятельности ИФК проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку.

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма.

Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.

Взаимодействие с педагогом-психологом

Дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, поэтому необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с невротами и другими нервно-психическими расстройствами.

В физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

Взаимодействие с младшим воспитателем

Способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований при организации работы по физическому развитию дошкольников.

2.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Образовательная деятельность в ДОО включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (предметной, игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, двигательной);
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДОО.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность детей, педагога и детей, самостоятельная детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности [1, стр. 148-151].

Согласно требованиям СанПиН, в режиме дня ДОО предусмотрено время для проведения занятий (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 4: Расписание ОД по физическому развитию).

2.7. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие»

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОО является «установление доверительного делового контакта» между семьёй и ДОО.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьей, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями [1, стр. 154-155].

В соответствии с ФОП в ДОО организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укреплении их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДОО. (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 5: План работы с родителями)

3. Организационный раздел

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. РППС ДОО выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

Развивающая РППС представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория ДОО), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС ДОО создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития [1, стр. 155-156].

РППС ДОО создано как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС ДОО учтены:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОО;
- возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности, содержание воспитания и образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и т.п.).

Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОО имеется:

- физкультурный зал
- физкультурные центры в групповых помещениях
- спортивная площадка на территории ДОО.

3.2. Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»

Для реализации образовательной программы в ДОО в соответствии с ФОП созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию;
- выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха;

- выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электро - безопасности;
- выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;
- возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей- инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО [1, стр. 156-158].

При проведении закупок спортивного оборудования, инвентаря ДОО руководствуется нормами и законодательством РФ.

Используемые материалы:

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Приказ Министерства просвещения от 25. 11. 2022 г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Министерства образования и науки от 17 октября 2013 г. № 1155
3. СанПиН – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

Режим двигательной активности на 2024-2025 учебный год

| № п/п | Форма организации двигательной деятельности | Группы, особенности организации, продолжительность | | | | | | | |
|-------|--|--|------------|-----------------------------|-------------|-----------------------------|-------------|-----------------------------|--------------|
| | | 2-я младшая | | средняя | | старшая | | подготовительная | |
| | | в день | в неделю | в день | в неделю | в день | в неделю | в день | в неделю |
| 1. | Утренняя гимнастика | 10 мин. | 50 мин. | 10 мин. | 50 мин. | 10 мин. | 50 мин. | 10 мин. | 50 мин. |
| 2. | Физкультурные занятия | 3 раза в неделю | 45 мин. | 3 раза в неделю | 60 мин. | 3 раза в неделю | 75 мин. | 3 раза в неделю | 90 мин. |
| 3. | Физкультминутки | 2 мин. | 10 мин. | 2 мин. | 10 мин. | 4 мин. | 20 мин. | 4 мин. | 20 мин. |
| 4. | Музыкальные занятия (музыкально-ритмические движения, игры) | 2 раза в неделю 4-5 мин | 8-10 мин. | 2 раза в неделю 5-6 мин. | 10-12 мин. | 2 раза в неделю 5-6 мин. | 10-12 мин. | 2 раза в неделю 6-7 мин. | 12-14 мин. |
| 5. | Подвижные игры, спортивные упражнения | 8-10 мин. | 40-50 мин. | 15 мин. | 75 мин. | 15-20 мин. | 75-90 мин. | 20-25 мин. | 100-125 мин. |
| 6. | Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке, спортивные игры | 10-15 мин. | 50-75 мин. | 15-20 мин. | 75-100 мин. | 15-20 мин. | 75-100 мин. | 20-25 мин. | 100-125 мин. |
| 7. | Гимнастика после дневного сна | 4-5 мин. | 20-25 мин. | 5-6 мин. | 25-30 мин. | 5-6 мин. | 25-30 мин. | 5-6 мин. | 25-30 мин. |

| | | | | | | | | | |
|----|---|------------|-----------------------------------|------------|-----------------------------------|------------|-----------------------------------|---------|-----------------------------------|
| | Итого: | 53 мин. | 4 ч25 мин. | 67 мин. | 5 ч. 37 мин. | 81 мин. | 6 ч. 17 мин. | 95 мин. | 7 ч. 34 мин. |
| | Активный отдых | | | | | | | | |
| 1. | Физкультурные досуги, развлечения | | 1 раз в месяц 15-20 мин. | | 1 раз в месяц 20-25 мин. | | 1 раз в месяц 25-30 мин. | | 1 раз в месяц 30-35 мин. |
| 2. | День здоровья | | 1 раз в кварта л | | 1 раз в квартал | | 1 раз в кварта л | | 1 раз в квартал |
| 3. | Спортивный праздник | | -- | | в качеств е | | 2 раза в год | | 2 раза в год |

| | | | | | | | | | |
|----|---------------------------------------|--|--|--|------------|--|-------------|--|----------|
| | | | | | зрите й | | | | |
| 4. | Туристские прогулки и экскурсии | | | | | | 1-1,5 ч. | | 1-2,5 ч. |

План проведения досуговых мероприятий и праздников на 2024 – 2025 г.

| | Младшие группы | | Средние группы | Старшие группы | Подг. группы |
|----------|---|--|--|--|---|
| Сентябрь | | | Викторина «Здоровье» Тематическая прогулка – поход «Мы юные туристы» Кросс Нации – 2024г | | |
| Октябрь | Передвижная акция «Реклама здоровья» | | | Праздник «Папа, мама, я – спортивная семья» | |
| Ноябрь | | | | Физ.досуг совместно с родителями ко дню Матери | |
| Декабрь | | | Хоккейный досуг на улице «День хоккея» | | |
| | | | | Спортивный досуг: «Зимние виды спорта» | |
| | Мастер-класс для детей «Мой друг- футбольный мяч» 10.12 День футбола | | | | |
| Январь | Выставка совместных работ с родителями на тему «Профилактика плоскостопия» (тренажер своими руками) Спортивный досуг «День рождение Снеговика» | | | | |
| Февраль | Зимние забавы | | Праздник совместно с папами, посвященный «23 февраля» | | |
| Март | Широкая масленица- со всеми группами | | | | Сдача норм ГТО (городской фестиваль, команда) |
| Апрель | «Веселые старты» городские соревнования | | | | |
| | | | | Спортивный досуг «Юные пожарные» | Спортивная викторина «В космос к звездам» |
| Май | Спортивно – музыкальный праздник «День победы» Сдача норм ГТО | | | | |

Перечень спортивного оборудования и инвентаря

Спортивное оборудование:

| № п/п | Наименование оборудования | Количество (шт.) |
|-------|------------------------------------|------------------|
| 1. | Баскетбольное кольцо | 2 |
| 2. | Волейбольная сетка | 1 |
| 3. | Ворота для подлезания | 4 |
| 4. | Гимнастическая лестница | 6 |
| 5. | Гимнастическая скамейка большая | 6 |
| 6. | Гимнастическая скамейка малая | 1 |
| 7. | Гимнастические коврики для фитнеса | 2 |
| 8. | Ребристая доска | 6 |
| 9. | Канат | 1 |
| 10. | Батут | 1 |
| 11. | Лестница-стремянка | 1 |
| 12. | Мягкие модули | 1 набор |
| 13. | Наклонная доска | 2 |
| 14. | Самокат | 2 |
| 15. | Спортивный уголок | 1 |
| 16. | Фит-болл | 10 |
| 17. | Тоннель | 2 |
| 18. | Тренажёр массажный для ног | 7 |
| 19. | Вертикальная цель для метания | 3 |

Спортивный инвентарь:

| № п/п | Наименование инвентаря | Количество (шт.) |
|-------|---|------------------|
| 1. | Верёвочка-косичка | 25 |
| 2. | Гимнастическая палка | 30 |
| 3. | Гимнастический обруч | 21 |
| 4. | Игровой набор «Городок» | 1 набор |
| 5. | Кегли | 25 |
| 6. | Кегли для «Боулинга» | 1 набор |
| 7. | Конусы для разметки | 9 |
| 8. | Кольцеброс | 2 набора |
| 9. | Коврик со следочками | 1 |
| 10. | Мешочки для метания | 30 |
| 11. | Мяч резиновый 25 см | 25 |
| 12. | Мяч волейбольный | 1 |
| 13. | Мяч баскетбольный | 3 |
| 14. | Мяч массажный | 20 |
| 15. | Мяч футбольный | 1 |
| 16. | Набивной мяч малый 1 кг | 27 |
| 17. | Набивной мяч большой | 9 |
| 18. | Обруч | 21 |
| 19. | Скакалка длинная | 2 |
| 20. | Скакалка короткая | 20 |
| 21. | Спортивно-игровой набор «Дорожное движение» | 1 набор |
| 22. | Султанчик | 30 |
| 23. | Флажок | 60 |

**План работы с родителями в рамках ОО «Физическое развитие»
на 2024-2025 учебный год**

| период | мероприятия | ответственный |
|----------|---|--|
| Сентябрь | 1. Выступление на родительских собраниях по вопросам физического развития дошкольников 2. Изготовление папки-передвижки «Особенности физического развития детей» (для всех возрастных групп) 3. Индивидуальные консультации | ИФК, воспитатели ИФК, воспитатели ИФК |
| Октябрь | 1. «День открытых дверей». Организация двигательной активности детей в присутствии родителей 2. Мастер-класс – презентация «Мяч в жизни ребёнка» | ИФК, старший воспитатель ИФК |
| Ноябрь | 1. «День Матери» Организация двигательной активности детей совместно с родителями 2. «Семейная игротека» Печатные консультации | Воспитатели, ИФК ИФК |
| Декабрь | 1. «Формирование ЗОЖ у детей младшего возраста» Папка передвижка 2. «Зимние игры и упражнения» Печатные консультации | ИФК ИФК |
| Январь | 1. Мастерская «Умелые ручки» - изготовление нестандартного оборудования для профилактики плоскостопия; Выставка 2. «Красивая осанка» Рекомендации на сайте ДОУ | Воспитатели. ИФК Старший воспитатель, ИФК |
| Февраль | 1. «23 февраля - День защитника Отечества» Организация двигательной активности детей совместно с родителями 2. Печатные консультации «Формирование правильной осанки» | ИФК, Воспитатели. ИФК |
| Март | 1. Мастер-класс «Пальчиковые игры» (развитие мелкой моторики) 2. Буклет «Играем дома!» | Воспитатели ИФК |
| Апрель | 1. «Закаливание и оздоровление ребёнка в домашних условиях» Печатные консультации 2. Онлайн конкурс «Семейная зарядка» 3. «День открытых дверей» Организация двигательной активности детей в присутствии родителей | ИФК, медсестра ИФК, старший воспитатель ИФК |
| Май | 1. Онлайн-презентация «Безопасность в двигательной деятельности» 2. Выступление на родительских собраниях, рекомендации на летний оздоровительный период | ИФК, старший воспитатель, ИФК |

ПРИЛОЖЕНИЕ 6.

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СЕНТЯБРЬ (младшая группа)

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|---|--|---|--|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на 2х ногах, ходить в приседе, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.</p> | | | | | <p>Физическая культура: развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному; энергично отталкиваться 2мя ногами, правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение энергично отталкивать мяч 2мя руками одновременно, закреплять умение ползать, ходить в приседе, развивать умение реагировать на сигнал «беги», «лови», «стой», создавать условия для закаливания организма, формирования и совершенствования ОВД.</p> <p>Социализация: способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами Безопасность: знакомить детей с правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль.</p> <p>Коммуникация: помогать детям доброжелательно обращаться друг с другом.</p> |
| Вводная часть | Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за инструктором, ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором. Познакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, на носках, пятках, в колонне по одному, с высоким подниманием колен | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С флажками | С кубиками | С погремушками | |
| Основные виды движений | 1. Ходить и бегать небольшими группами за инструктором. 2. Учить ходить между 2мя линиями, сохраняя равновесие. | 1. Ходьба с высоким подниманием колен в прямом направлении за инструктором. 2. Подпрыгивать на 2х ногах на месте. | 1. Подлезание под дугу. 2. Учить энергично, отталкивать мяч 2мя руками. Прокатывание. (фронтально) 3. Прыжки на 2х ногах (на месте, с продвижением) | 1. Лазание по скамейке «Котята» 2. Подлезать под дугу «Утята». 3. Прыжки из обруча в обруч | |
| Подвижные игры | «Бегите ко мне» | «Догони меня» | «Мой весёлый, звонкий мяч» «Зайки и волк» | «Листики осенние» | |
| Малоподвижные игры | «Мышки» Спокойная ходьба | «Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному | «Чего не стало?» | Упражнение на дыхание «Листопад», | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ОКТАБРЬ (младшая группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|--|---|---|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега, в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч 2мя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в д/с. | | | | | <p>Физическая культура: развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку, развивать навыки лазанья, ползания, умение энергично отталкиваться 2мя ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании.</p> <p>Здоровье: воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей</p> <p>Социализация: развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика.</p> <p>Безопасность: учить соблюдать правила безопасного передвижения по лестнице, держаться за перила.</p> |
| Вводная часть | Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий «Мышки», «Бабочки», бег врассыпную, по команде: «На дорожку», в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя: «Лягушка»- присед; | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С малым мячом | С флажками | С кубиками | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по ограниченной площади опоры с перешагиванием предметов 2. Перешагивание, перепрыгивание «Осторожно, лужа», приземляясь на полусогнутые ноги. 3. Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте | 1. Прокатывание мяча «Догони колобок» 2. Ходьба, ползание на четвереньках между предметами «Змейкой» 3. Упражнять в прокатывании больших мячей | 1. Подлезать под дугу на четвереньках, встать в круг, поднять флажок. 2. Упражнять в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры (дорожка) 3. Ползание на животе по скамейке, подтягиваясь на руках | 1. Подлезание под дугу. 2. Ходьба по уменьшенной и возвышенной опоре. 3. Катание мяча, кто дальше «Катится колобок» 4. Прыжки на 2х ногах с продвижением (3-4 метра) «Зайки, мягкие лапочки» | |
| Подвижные игры | «Поезд», «Цветные автомобили» | «Солнышко и дождик», «Перелётные птицы» | «Огуречик», «Кот и мыши» | «Воробушки и кот» | |
| Малоподвижные игры | Звуковое упр. «Кто как кричит?» | Пальчиковая гимн. «Дождик» | Упражнение на дыхание «Потушим свечи» | Самомассаж «Дождик, дождик, капелька» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
НОЯБРЬ (младшая группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|---|--|---|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет взаимодействовать со сверстниками, проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p> | | | | | <p>Физическая культура: продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p>Здоровье: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма</p> <p>Социализация: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх,</p> <p>Коммуникация: помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p> |
| Вводная часть | Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий «Лошадки», «Лягушки», в ходьбе колонной по одному; бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя, с командой: «Взять игрушку» | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С малым мячом | С игрушкой | С платочками | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по уменьшенной площади (дорожка) и под дугу «Гуси»; 2. Ходьба из обруча в обруч, 3. Ползание на четвереньках 4. Прыжки на 2х ногах | 1 Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги. 2. Прокатывание мяча через ворота 3. Ходьба по бревну приставным шагом | 1. Ловля мяча от инструктора и бросок обратно; 2. Ползать на четвереньках «Киски» фронтально. 3. Прыжки вокруг предметов 4. . Ползать на четвереньках «Киски» на скамейке | 1. Подлезать под дугу на четвереньках, встать в обруч, хлопок вверх. 2. Ходьба по ограниченной площади, с перешагиванием через кубики 3. Ходьба по наклонной доске на скамейку, руки на пояс, в стороны | |
| Подвижные игры | «Мыши в кладовой» | «Охотники и зайцы» «Пузырь» | «Кот и мыши» «Автомобили» (врассыпную, на дорожку) | «Зайцы и волк» «Цветные автомобили» («в гараж») | |
| Малоподвижные игры | «Узнай по голосу» | «Пальчиковая гимн. «Моя семья» | «Что пропало?» | «Где спрятался мышонок» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЕКАБРЬ (младшая группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|--|--|--|--|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками | | | | | <p>Физическая культура: упражнять в ходьбе и беге по кругу, враспынную, в катании мяча, в подлезании под препятствие, учить спрыгиванию.</p> <p>Здоровье: дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физ. упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные группы мышц</p> <p>Социализация: вводить игры с более сложными правилами и сменной видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p>Безопасность: знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p> <p>Коммуникация: развивать диалогическую форму речи</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег враспынную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному, враспынную; между предметами. | | | | |
| ОРУ | С малым мячом | Без предметов | С кубиками | С погремушками | |
| Основные виды движений | 1 Ходьба по ограниченной опоре (доске, линии) 2. Прыжки на 2х ногах с продвижением («Лягушки» - в болото «Плюх») 2. Прыжки из обруча в обруч, поднять флажок – «Ура!» 3. Прокатывание мяча фронтально | 1. Спрыгивание со скамейки на мат 2. Прокатывание мячей др. другу (стоя, сидя, на коленях) 3. Спрыгивание «Парашютисты» 4. Прокатывание мяча «Сбей кеглю» | 1. Подлезание под дугу, встать в круг, поднять флажок «Ура!» 2. Катать мяч др. другу, выдерживая направление 3. Подлезание под дугу без рук 4. Прокатывание мяча между предметами «Змейкой» (руки совочком) | 1. Подлезание под дугу, в обруч (держит воспитатель), встать в круг, руки вверх 2. Ходьба по линии. 3. Круговое задание: Спрыгивание, ходьба под дугу, ходьба по доске, ползание по скамейке «Кошечка» | |
| Подвижные игры | «Вышел зайка погулять» | «Найди свой домик» (по цвету кружка в руках) | «Воробушки и автомобиль» | «Мыши и кот», | |
| Малоподвижные игры | «Чего не стало?» | Дыхательные упражнения | «Найдем птичку» | «Каравай» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ЯНВАРЬ (младшая группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|--|--|---|---|---|
| Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физ. упр., проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.</p> | | | | | <p>Физическая культура: упражнять в ходьбе и беге по кругу, враспынную, в катании мяча, в подлезании под препятствие, в прыгивании на согнутые ноги.</p> <p>Здоровье: дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные части тела, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p>Социализация: постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p>Безопасность: знакомить детей с правилами поведения в детском саду.</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, враспынную, с изменением направляющего в колонне по сигналу (Имя), с остановкой по сигналу, с выполнением заданий | | | | |
| ОРУ | С мячом | Без предметов | С погремушками | С платочками | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по наклонной доске(20см). 2. Прыжки на двух ногах через предметы (5см) 3. Метание малого мяча вдаль | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, прыгивание на мат 2. Прокатывание мяча прямо, вокруг конуса и обратно по прямой 3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; на животе 4. Прыжки в длину с места | 1. Ходьба в приседе под дугу, поднять флажок 2. Прокатывать мяч друг другу 3. Лазание по гимнастической лесенке -стремянке. 4. Прокатывать мяч «Змейкой» в колонне | 1. Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой 2.Подлезать под дугу, не касаясь руками пола 3. Ходьба по ограниченной площади (линии, доске, скамейке) 4. Спрыгивание со скамейки на согнутые ноги | |
| Подвижные игры | «Кролики» | «Трамвай», «Мороз - Красный нос» | «Найди свой цвет» «Снежки» | «Снежки» | |
| Малоподвижные игры | «Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками | Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку» | «С Новым годом, ёлочка» | «Саночки» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ФЕВРАЛЬ (младшая группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|---|--|--|---|
| Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой</p> | | | | | <p>Физическая культура: продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте в спрыгивании со скамейки; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p>Здоровье: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p>Социализация: развивать самостоятельность при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p> |
| Вводная часть | Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С мячами | С платочками | С обручем | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба через шнуры переменными шагами 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Ходьба по ограниченной площади (узкая дорожка) | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки – мягкое приземление на полусогнутые ноги; 3. Броски мяча друг другу двумя руками снизу, расстояние 1м | 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Броски мяча через шнур 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола. 4. Броски мяча друг другу; воспитателю | 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком 2. Броски мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 4. Ходьба по доске, сохраняя равновесие. | |
| Подвижные игры | «Кролики», «Зайка серенький сидит» | «Мой веселый, звонкий мяч», «Пёс» | «Воробышки и автомобили» | «Птички в гнездышках», «Цветные автомобили» | |

| | | | | | |
|---------------------------|---|--|---------------|-------------------------|--|
| Малоподвижные игры | «Ножки отдыхают» Массаж стоп мячами ежиками | Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку» | «Кто сказал?» | «Мама саночки везёт» | Коммуникация: помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом |
|---------------------------|---|--|---------------|-------------------------|--|

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАРТ (младшая группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|--|--|--|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения</p> | | | | | <p>Физическая культура: продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p>Здоровье: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p>Социализация: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки</p> |
| Вводная часть | Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя, бег парами | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С кубиками | С обручем | С флажками | |
| Основные виды движений | 1. Прыжки с продвижением вперед фронтально (поднять игрушку) 2. Ходьба по узкой дорожке 3. Ползание в туннеле 4. Прыжки из обруча в обруч | 1. Ходьба по гимнастической скамейке (прямо, боком приставным шагом) 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Пролезание в обруч (держит воспитатель) 4. Прыжки с места («через лужи», «через ручеек») | 1. Ползание по скамейке (на животе, на четвереньках) 2. Броски мяча вниз об пол и ловля его двумя руками 3. Лазание по гимнастической скамейке (по-медвежьё) | 1. Ходьба с перешагиванием брусков 2. Лазание на наклонную лесенку 3. Броски мяча вниз об пол и ловля его двумя руками 4. Лазание на гимнастической стенке вверх - вниз | |
| Подвижные игры | «Зайцы и волк», | «Лохматый пес» «Пузырь» | «У медведя во бору» | «Коршун и птенчики» | |

| | | | | | |
|---------------------------|---------------------------------|---------------------------------------|-----------------------|--------------------------------|--|
| | «Кот на брёвнышке сидит» | | | | лазанья, ползания; игры с мячами. |
| Малоподвижные игры | Дыхательные упражнения «Пчелки» | Дыхательные упражнения «Надуем шарик» | «Угадай, кто позвал?» | Пальчиковая гимнастика «Семья» | Коммуникация: помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
АПРЕЛЬ (младшая группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|---|---|---|---|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству | | | | | Физическая культура: продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем. Здоровье: продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. Социализация: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, |
| Вводная часть | Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С обручем | С мячом | Ритмическая композиция «Антошка» | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба приставным шагом по гимнастической скамейке, на середине присед, руки вперед 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Ходьба по наклонной доске вверх, вниз | 1. Ходьба по наклонной доске вверх, спуск по лесенке 2. Броски мяча об пол и ловля его двумя руками 3. Прыжки с места в длину («через лужи») 4. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс; | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки на мат приземление на полусогнутые ноги; 3. Лазание на гимнастическую стенку | 1. Ходьба по перевернутой скамейке (узкая возвышенная опора) 2. Прокатывание мяча в ворота. 3. Пролезание в туннель из обручей «Тигрята» 4. Прыжки с продвижением вперед | |

| | | | | | |
|---------------------------|---------------------------------|---|---|---------------------------------|---|
| | 4. Прыжки из обруча в обруч | на середине присед, руки вперед; перешагнуть кубик; спрыгнуть | 4. Броски мяча вверх и ловля двумя руками | | поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. Коммуникация: помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом |
| Подвижные игры | «Солнышко и дождик», «Карусель» | «Поймай комара» | «Светофор и автомобили» | «Огуречик» | |
| Малоподвижные игры | «Тишина у пруда» | «Что изменилось?» | Самомассаж «Дождик» | Дыхательные упражнения «Пчелки» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАЙ (младшая группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|--|---|--|---|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим | | | | | Физическая культура: закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, в рассыпную, с перешагиванием через предметы; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его; ползать на четвереньках по прямой, лазать по лесенке-стремянке, развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Здоровье: воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей, формировать желание вести здоровый образ жизни. |
| Вводная часть | Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед | | | | |
| ОРУ | С игрушками | Ритмическая композиция «Чунга - Чанга» | С палками | С малым мячом | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны 2. Прокатывание мяча в группах (4-5 чел) | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке | 1. Ходьба по шнуру, канату (боком) руки на пояс. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Броски мяча друг другу разными | 1. Броски мяча вверх и ловля, вниз об пол и ловля 2. Ходьба по наклонной доске вверх, спуск по гимнастической стенке | |

| | | | | | |
|---------------------------|---|---|---|---|---|
| | 3. Броски мяча вверх и ловля. 4. Перешагивание брусков на каждый шаг | (на четвереньках, на ладонях и ступнях) 3. Броски мяча фронтально разными способами по команде: «Бросили» 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед | способами (расстояние 5-6м) 4. Подлезание под дугу без рук, встать в обруч, хлопок над головой | 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой | <p><u>Социализация:</u> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика.</p> <p><u>Коммуникация:</u> развивать диалогическую форму речи.</p> <p><u>Безопасность:</u> не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека</p> |
| Подвижные игры | «Светофор и автомобили» | «Кот и Мыши» | «Жучки и цветочки» | «Зайка скачет скак, да скак..» | |
| Малоподвижные игры | Дыхательные упражнения «Надуем шарик» | «Угадай, кто позвал» | «Релаксация» «В лесу» | Дыхательные упражнения «Пчелки» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СЕНТЯБРЬ (средняя группа)**

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

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ОКТАБРЬ (средняя группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|---|--|--|--|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров»</p> | | | | | <p>Здоровье: рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – поворот в обратную сторону; с перешагиванием через шнуры, на носках, на пятках | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С мячом | С кубиками | С султанчиками | <p>Коммуникация: обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.</p> <p>Познание: развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.</p> <p>Музыка: разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры.</p> |
| Основные виды движений | <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присед, руки на пояс.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах до предмета, поднять вверх (игрушка, кегля).</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше</p> | <p>1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>2. Прокатывание мяча фронтально и бег за ним</p> <p>3. Ходьба по канату боком</p> <p>4. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя ноги врозь, стоя на коленях</p> | <p>1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.</p> <p>2. Прокатывание мяча прямо, «змейкой» (малого, большого).</p> <p>3. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кубики.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами</p> <p>5. Подбрасывание мяча вверх и ловля после отскока.</p> | <p>1. Подлезание под дугу с мячом в руках, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Броски малого мяча одной рукой снизу в корзину.</p> <p>3. Ходьба по скамейке с перешагиванием кубиков</p> <p>4. Игровое задание «Кто быстрее» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед, фронтально)</p> <p>5. Броски мяча о землю и ловля двумя руками</p> | |
| Подвижные игры | «Кот и мыши» | «Цветные автомобили» | «Совушка», «Огуречик» | «Мы – весёлые ребята», «Пятнашки мячом» | <p>Труд: учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр, убирать его.</p> |
| Малоподвижные игры | «Мыши за котом». Ходьба в колонне за «котом» как «мыши», | «Чудо-остров». Танцевальные движения | «Найди и промолчи» | «Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному | |

| | | | | | |
|--|----------------------------------|--|--|--|--|
| | чередование с обычной ходьбой | | | | |
|--|----------------------------------|--|--|--|--|

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
НОЯБРЬ (средняя группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|---|--|---|---|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. |
| Вводная часть | Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, с поворотом «Кругом», высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал «Стоп» | | | | Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. |
| ОРУ | Без предметов | С обручем | С кубиками | С палками | |
| Основные виды движений | 1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Броски мяча др. другу двумя руками снизу (расстояние 1,5м). 3 Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, до игрушки, поднять вверх 4. Перебрасывание мячей друг другу – снизу, двумя руками из-за головы (расстояние 3-4м) | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом на середине. | 1. Ходьба по линии, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Игровое упр. «Сбей кеглю» (фронтально) 4. Ходьба по шнуру пятка-носок 5. Прыжки через бруски. 6. Прокатывание мяча между предметами «змейкой» (большой, малый мяч) | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Ходьба на четвереньках с мешочком на спине 4. Ходьба по линии с мешочком на голове. 5. Катание мяча в ворота и подлезание за ним (без рук) | Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз, |

| | | | | | |
|---------------------------|---------------------------------------|--|--|---------------------|---|
| | | 5. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м), поднять вверх | | | применять взмах руками при прыжках через предметы |
| Подвижные игры | «Самолёты», «Быстрее к своему флажку» | «Цветные автомобили» | «Лиса в курятнике» | «Машины и светофор» | |
| Малоподвижные игры | «Угадай по голосу» | «На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в руках | «Найдём цыплёнка», «Найди, где спрятано» | «Дождик, дождик». | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЕКАБРЬ (средняя группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|---|---|---|--|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям | | | | | <p><u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой.</p> <p><u>Коммуникация:</u> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.</p> <p><u>Безопасность:</u> учить технике безопасного выполнения прыжков со</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С малым мячом | С обручами | С палками | |
| Основные виды движений | 1. Прыжки со скамейки (20см) на мат. 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Ходьба по линии носок-пятка 4. Прыжки со скамейки (25см). 5. Прокатывание мячей между предметами. | 1. Броски мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (кошечка добрая, кошечка на охоте). 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей | 1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). 2. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками вперёд, встать и пройти дальше. 3. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | 1. Ходьба по гимнастической скамейке (на середине поворот кругом). Спрыгивание. 2. Перепрыгивание через кубики на двух ногах, взмах руками. 3. Ходьба с перешагиванием брусков на каждый шаг. | |

| | | | | | |
|---------------------------|--|-----------------------------------|--|---|---|
| | 6. Лазание на гимнастической стенке | 4. Лазание через наклонную стенку | 4. Ходьба с мешочком на голове по периметру зала, по скамейке, руки на поясе. 5. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч в шахматном порядке | 4. Броски мяча друг другу стоя в шеренгах (1,5 - 2 м). 5. Перестроение из одной колонны в две (пары) через центр зала. | скамейки и бега на повышенной опоре. Социализация: формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками Познание: держать равновесие на ограниченной площади, применять взмах руками при прыжках через предметы |
| Подвижные игры | «Найди своё место» (игра с цветными карточками и модулями) | «Поезд», «Зайцы и волк» | «Коршун и Птенчики» | «Снежки» | |
| Малоподвижные игры | «Катаемся на лыжах». | «Тише, мыши...». | «Прогулка в лес». | «Сдуй снежинку» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ЯНВАРЬ (средняя группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|---|---|--|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх | | | | | Здоровье: рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности. Коммуникация: обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. Труд: учить правильно подбирать предметы для |
| Вводная часть | Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий | | | | |
| ОРУ | С мячом | С веревкой | С обручем | Без предметов | |
| Основные виды движений | 1. Отбивание мяча о пол (4–5 раз) двумя руками. 2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль линии поточно. | 1. Отбивание мяча о пол одной рукой, ловля двумя 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях | 1. Отбивание мяча одной рукой (сидя на скамейке, стоя на месте) 2. Ползание по скамейке на ладонях и ступнях | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом | |

| | | | | | |
|---------------------------|--|--|--|--|--|
| | 3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд. 4. Перебрасывание мячей друг другу (снизу) | 3. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль линии 4. Прыжки на двух ногах слева и справа вдоль каната, с продвижением вперёд 5. Отбивание мяча одной рукой | 3. Подлезание под дугу боком, не касаясь руками пола. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 5. Прыжки в высоту с места «Поймай бабочку» | и пройти дальше, спрыгнуть. 2. Ходьба приставным шагом боком по нижней рейке гимнастической стенки 3. Бег с высоким подниманием колен 4. Ходьба с перешагиванием брусков на каждый шаг 5. Броски мяча друг другу, снизу 6. Метание в цель | сюжетно-ролевых и подвижных игр. Социализация: формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. Познание: формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта, учить отбиванию мяча о пол. |
| Подвижные игры | «Найди себе пару» | «Два Мороза», «Охотники и зайцы» | «Цветные автомобили» | «Снежки» | |
| Малоподвижные игры | «С Новым годом, ёлочка!» | «Саночки». | «Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком) | «Где спрятано?», «Кто пропал?» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ФЕВРАЛЬ (средняя группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|---|------------|------------|---------------------|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры | | | | | Здоровье: учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании. Труд: учить самостоятельно готовить и убирать |
| Вводная часть | Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег в рассыпную с остановкой, с изменением направляющего, перестроение в звенья | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С мячом | С обручем | Разминка под музыку | |

| | | | | | |
|-------------------------------|--|--|---|--|--|
| Основные виды движений | 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча между предметами. 3. Ходьба по линии пятка-носок 4. Прыжки через короткие шнуры (6–8 шт.). 5. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием) | 1. Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз). 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях. 4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке 5. Подлезание под дугу | 1. Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3. Пролезание в обруч правым, левым боком (держит воспитатель) 4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м) 5. Ходьба с перешагиванием брусков на каждый шаг | 1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек». 3. Прыжки на правой и левой ноге (2м) 4. Игровое задание «Пробеги по мостику». 5. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | место для проведения занятий и игр. Социализация: формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр. Познание: учить правильному исходному положению при метании, закрепление взмаха рук при прыжках |
| Подвижные игры | «У медведя во бору», «Охотники и зайцы» | «Воробышки и автомобиль» | «Перелёт птиц», «Цветные автомобили» | «Кролики в огороде», «Самолёты» | |
| Малоподвижные игры | «Что изменилось?» | «По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному | «Ножки мёрзнут». | «Найди и промолчи» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАРТ (средняя группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|--|---------------|------------|------------|---|
| Темы | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Этапы занятия | | | | | Здоровье: формировать навык оказания первой помощи при травме. |
| | Планируемые результаты развития интегративных качеств: соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы» | | | | Безопасность: учить соблюдать правила |
| Вводная часть | Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три | | | | |
| ОРУ | С обручем | С малым мячом | С палками | С лентами | |

| | | | | | |
|-------------------------------|--|---|--|---|---|
| Основные виды движений | 1. Прыжки с продвижением вперёд фронтально 2. Ходьба по узкой дорожке 3. Перебрасывание мяча через сетку двумя руками из-за головы (расстояние до сетки 2м) 4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь) 5. Ходьба по скамейке на носках, руки в стороны | 1. Прыжки в длину с места через канавку (фронтально). 2. Катание мяча др. другу точно в руки из разных И.п. 3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Прыжки через «лужи» | 1. Ползание по скамейке «муравьишки», «паучки» 2. Броски мяча о пол и ловля двумя руками 3. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию. 4. Лазание по гимн. стенке с продвижением вправо, влево. 5. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе. 6. Прыжки на двух ногах через шнуры | 1. Лазание по наклонной скамейке, закрепленной за вторую рейку. 2. Перешагивание через набивные мячи. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч. 4. Прыжки на двух ногах через кубики 5. Лазание на гимнастическую стенку вверх - вниз | безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске. Коммуникация: поощрять речевую активность детей, при обсуждении правил игры. Познание: рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор |
| Подвижные игры | «Бездомный заяц» | «Пузырь», «Зайка серенький сидит» | «Охотники и зайцы» | «Наседка и цыплята» | |
| Малоподвижные игры | «Замри». | «Кто позвал?» | «Найди зайца» | «Передай мяч» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
АПРЕЛЬ (средняя группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|---|------------|------------|---------------------|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз | | | | | Здоровье: рассказывать о пользе дыхательных упражнений по методике К. Бутейко. Безопасность: учить правилам безопасности при метании предметов |
| Вводная часть | Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; в рассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; в рассыпную между предметами, не задевая их | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С мячом | С косичкой | Разминка под музыку | |

| | | | | | |
|-------------------------------|--|--|---|---|--|
| Основные виды движений | 1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз | 1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке разными способами. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд 4. Отбивание мяча одной рукой (на месте, в движении) | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти 4. Прыжки через набивные мячи | 1. Ходьба по наклонной доске, переход на гимнастическую стенку, продолжить приставным шагом 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу (разными способами) 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками | разными способами в цель. Музыка: вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики. Чтение: подобрать стихи на тему «Весна», учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение |
| Подвижные игры | «Совушка», «Коршун» | «Воробышки и автомобиль» | «Птички и кошки», «Ловишки мячом» | «Котята и щенята» | |
| Малоподвижные игры | «Пришла Весна» | «Дождик» самомассаж | «Угадай по голосу» | «Дай нам , солнышко тепла» пальчиковая гимнастика | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАЙ (средняя группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|--|------------|------------|------------|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде</p> | | | | | <p>Здоровье: учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы.</p> <p>Безопасность: учить соблюдать правила</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка», парами | | | | |

| ОРУ | Без предметов | С обручем | С гимнастической палкой | Разминка под музыку «Чунга – Чанга» | безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами. |
|-------------------------------|--|---|--|--|---|
| Основные виды движений | 1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте. 2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2–3 м). 3. Метание правой и левой рукой на дальность 4. Прыжки в высоту через шнур (20 см) на двух ногах | 1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Прыжки через маленькую скамейку 3. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков. 4. Прыжки через скакалку на 2х ногах на месте. 5. Броски мяча др. другу, руки не выставлять | 1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше. 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Отбивание мяча одной рукой 4. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек | 1. Прыжки на двух ногах через канат влево - вправо 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3. Прыжки на скакалке 4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока 5. Прыжки на одной ноге (3-4 м) | <p><u>Социализация:</u> формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды.</p> <p><u>Коммуникация:</u> формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры</p> |
| Подвижные игры | «Эстафеты» | «Зайцы и волк» | «Жучки и цветочки» | «Обезьянки» | |
| Малоподвижные игры | «Узнай по голосу» | «Море волнуется» | «Ручеёк» | «Найти Мишку» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СЕНТЯБРЬ (старшая группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|--|---|--|---|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: Владеет соответствующими возрасту основными движениями; аккуратно одевается и раздевается соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижных играх, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку | | | | | Здоровье: соблюдать закаливающие процедуры (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: мытьё рук прохладной водой после физ. упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу Социализация: Побуждать детей к самооценке. Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, игр с мячом, проведении подвижной игры. Коммуникация: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня Труд: убирать спортивный инвентарь при проведении физ. упр. Познание: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| Вводная часть | Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, в рассыпную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С мячом | С гимнастической палкой | С обручем | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами. 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу. 4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках | 1. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 2. Ползание на четвереньках по гимн. скамейке на ладонях и коленях. 3. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове 4. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы | 1. Прыжки с мешочком между колен (фронтально) 2. Подлезание в обруч в группировке, боком, прямо 3. Перешагивание через бруски с мешочком на голове 4. Ходьба по скамейке с мешочком на голове. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком между колен. | 1. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе. 4. Броски мяча друг другу 5. Метание мешочков в кегли | |
| Подвижные игры | «Мышонок» | «Удочка» | «Мы веселые ребята» | «Ловишки с ленточками» | |

| | | | | | |
|--------------------|---------------|--------------------------------------|---|---------------------|--|
| Малоподвижные игры | «У кого мяч». | Спокойная ходьба в колонне по одному | Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения | «Подойди не слышно» | |
|--------------------|---------------|--------------------------------------|---|---------------------|--|

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ОКТАБРЬ (старшая группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|---|---|--|---|--|
| Темы | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Этапы занятия | | | | | Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух). |
| | Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимна.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку. | | | | Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). |
| Вводная часть | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин., с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы, «Найди пару» | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С малым мячом | В парах | С гимнастическими палками | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая через бруски (прямо, боком) 2. Прыжки на двух ногах через шнуры (прямо, боком) 3 Броски мяча др. другу 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком | 1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах ч/з шнуры, прямо, боком 3 Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Ходьба по скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше | 1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком.. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине поворот, перешагивание через мяч | 1. Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка 2..Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед 3.Перебрасывание мяча друг другу, сидя по-турецки 4. Ползание по гимнастической | Коммуникация обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимна., зависимость здоровья от правильного питания Труд: учить следить за чистотой спортивного инвентаря Познание: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, |

| | | | | | |
|---------------------------|-----------------------|-------------------|--------------------|--------------------------------------|---|
| | | | | скамейке спиной вперед, ноги на вису | расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи. Музыка: вводить элементы ритмической гимнастик; проводить игры и упражнения под музыку |
| Подвижные игры | «Ловишки - перебежки» | «Вышибала» | «Пятнашки мячом» | «Мы – весёлые ребята», | |
| Малоподвижные игры | «Кого не стало?» | «Кто сказал Мяу?» | «Найди и промолчи» | «Летает-не летает». | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
НОЯБРЬ (старшая группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|---|--|---|---|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обручи, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно моет руки прохладной водой после окончания физ. упр. и игр; проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн. | | | | | Здоровье: беседы о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. Социализация: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега врассыпную. Познание: ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз) |
| Вводная часть | Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с нахождением своего места, с остановкой на сигнал | | | | |
| ОРУ | С малым мячом | С обручем | Без предметов | На полу | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по скамейке с перекладыванием малого мяча впереди - сзади 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками | 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе 2. Отбивание мяча на месте одной рукой 3. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове | 1. Подлезание под дугу боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на пояс. 3. Прыжки с места на мат, прыжки на | 1. Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат. 3. Отбивание мяча одной рукой (на месте, в ходьбе) 4. Лазание по гимн. стенке разноименным способом | |

| | | | | | |
|---------------------------|--|---|---|-------------------------------|--|
| | 3. Прыжки на правой, левой ноге 4. Бег по наклонной доске 5. Ходьба на носках, руки за голову. | 4. Ползание по скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях. 5. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч | правой и левой ноге между предметами 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо | | Труд: Следить за опрятностью своей физкультурной формы и причёски, убирать физкультурный инвентарь и оборудование |
| Подвижные игры | «Пожарные на учениях» | «Не оставайся на полу» | «Ловишки с ленточками» | «Эстафеты» | |
| Малоподвижные игры | «Угадай по голосу» | «Кого не стало?» | «Найди, где спрятано» | «Что мы делали, не скажем...» | |

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЕКАБРЬ (старшая группа)

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|---|---|--|--|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на возвышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям | | | | | Здоровье: рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой. Социализация: формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками Коммуникация: обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. Безопасность: учить технике безопасного |
| Вводная часть | Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и захлестом ног назад. Дыхательные упражнения | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С палкой | С обручами | С султанчиками под музыку | |
| Основные виды движений | 1. Прыжки через бруски на расстоянии 50см 2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке | 1. Броски мячей вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. | 1. Лазание по гимнастической стенке (вверх, вниз). 2. Броски мяча др. другу с хлопком перед ловлей. | 1. Ходьба по гимн. скамейке с перекатом мяча по талии 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | |

| | | | | | |
|---------------------------|---|---|---|---|--|
| | 3. Перешагивание через бруску, справа и слева от него 4. Броски мячей друг другу 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см) | 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 5. Прыжки вдоль линии две ноги по бокам - одна нога в середине | 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присед, хлопок. 4. Ползание на скамейке. | 3. Метание вдаль 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка) | выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. Труд: Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование |
| Подвижные игры | «Кто скорее до флажка» «Ловишки парами» | «Охотники и зайцы» | «Хитрая лиса» | «Эстафеты» | |
| Малоподвижные игры | «Сделай фигуру». | «Фигура, замри». | «Найди и промолчи» | Упр. в статическом равновесии | |

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ЯНВАРЬ (старшая группа)

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|---|---|---|--|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа. | | | | | Здоровье: рассказывать о пользе массажа стопы. Труд: учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. |
| Вводная часть | Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег | | | | |
| ОРУ | С мячом | С палкой | С обручем | В парах | Социализация: формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками. 3. Попади в обруч (правой и левой) | 1. Ходьба с перешагиванием брусков, с мешочком на голове, руки в стороны 2. Пролезание в обруч боком (в парах) | 1. Ходьба по гимнастической скамейке пятка - носок 2. Лазание на гимнастическую стенку вверх - вниз 3. Прыжки с продвижением вперёд ноги врозь - вместе | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, отбивая мяч о пол. 2. Перебрасывание мяча разными способами 3. Прыжки в высоту с места «Достань предмет» | Познание: формировать умение двигаться в заданном направлении, |

| | | | | | |
|---------------------------|--|---|---|--|--|
| | 4. Ходьба по гимн. скамейке с перекладыванием малого мяча из одной руки в другую (вперед, сзади) | 3. Прыжки в длину с места 4. Броски мяча друг другу 5. Отбивание мяча | 4. Ходьба по перевернутой гимн. скамейке пятка - носок 5. Лазание на гимн. стенку вверх на другой пролёт | 4. Прыжки ч/з канат боком с продвижением 5. Игровое упражнение «Мяч водящему» | ориентироваться в пространстве Безопасность: учить технике безопасного лазания на гимнастической стенке. |
| Подвижные игры | «Ловишка с мячом» | «Мышеловка» | «Ловля обезьян», Эстафеты | «Мы веселые ребята» | |
| Малоподвижные игры | «Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками | «Саночки». | «С Новым годом, ёлочка» | «Съедобное - несъедобное» | |

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ФЕВРАЛЬ (старшая группа)

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|---|--|--|---|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. Социализация: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Безопасность: формировать навыки безопасного поведения |
| Вводная часть | Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег приставным шагом боком, перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С косичками | С палками парами | Под музыку | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по наклонной доске, бег (спуск шагом) 2. Прыжки через бруски (прямо, боком) 3. Ходьба носок – пятка по линии. | 1. Прыжки на двух ногах ч/з косички. 2. Ползание под палку, перешагивание ч/з неё (40см) 3. Лазание на гимн. стенку вверх, вниз. | 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Отбивание мяча с забрасыванием мяча в баскетбольное кольцо | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. | |

| | | | | | |
|---------------------------|---|---|--|--|--|
| | 4. Броски мяча друг другу (из-за головы, от груди) 5. Броски мяча в кольцо двумя руками (из-за головы, от груди) | 4. Прыжки в длину с места 5. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля двумя 6. Метание пр. лев. рукой | 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Ходьба по гимн. скамейке пятка – носок, руки за головой | 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Прыжки через скамейку 4. Ползание по гимн. скамейке с грузом на спине | во время метания предметов Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз Труд: учить правильно |
| Подвижные игры | «Снежки» | «Самолёты». «Вышибала» | «Найди командира» (с флажками) | Эстафеты | подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр |
| Малоподвижные игры | «Саночки» | «На параде». Ходьба в колонне | «Найди и промолчи», | «Стоп» | |

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ МАРТ (старшая группа)

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|--|--------------------------------------|--|---|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. |
| Вводная часть | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы | | | | ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, |
| ОРУ | Без предметов | С палками | С обручем | Под музыку | терпение, дружелюбие) |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове | 1. Прыжки на двух ногах м/ду кеглями | 1. Ходьба по скамейке боком приставным | 1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным | Коммуникация: обсуждать пользу |

| | | | | | |
|---------------------------|---|---|---|--|---|
| | 2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола (расстояние 1,5м). 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Ползание на животе по скамейке. 5. Ходьба через набивные мячи и прыжки | 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 3. Пролезание в обручи в парах 4. Прыжок в высоту с разбега, приземление на мат 5. Ползание по скамейке разными способами | шагом, на середине - присед 2. Перебрасывание малого мяча из левой в правую руку 3. Прыжки правым, левым боком ч/з косички 4. Метание (4м) в горизонтальную цель 5. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на одной ноге | шагом с перешагиванием кубиков 2. Метание в горизонтальную цель 3. Прыжки со скамейки на мат 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом 5. Пролезание в обруч | закаливания, поощрять речевую активность. <u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <u>Познание:</u> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз |
| Подвижные игры | «Бездомный заяц» | «Пожарные на учении» | «Хитрая лиса» | Эстафеты | |
| Малоподвижные игры | «Мяч ведущему» | «Море волнуется» | «Кто сказал?» | «Кого не стало?» | |

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

АПРЕЛЬ (старшая группа)

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|------------|--------------|------------|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p> | | | | | <p><u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><u>Социализация:</u> создать пед. ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, терпение отзывчивость)</p> |
| Вводная часть | Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С обручем | Со скакалкой | С мячом | |

| | | | | | |
|-------------------------------|---|--|---|---|---|
| Основные виды движений | 1. Ходьба по гимн. скамейке с передачей мяча на каждый шаг впереди - сзади 2. Прыжки из обруча в обруч прямо, боком 3. Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля двумя 4. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой 5. Прыжки ч/з предметы | 1. Метание мешочка в вертикальную цель 2. Ползание по-медвежьему по скамейке 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Пролезание в обруч 5. Прокатывание обруча друг другу | 1. Прыжки ч/з скакалку 2. Ходьба по канату боком с мешочком на голове 3. Лазание по гимн. стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки ч/з канат 5. Бег на скорость. | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Подбрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Передача мяча в колонне 4. Прыжки из обруча в обруч в шахматном порядке 5. Ходьба по перевернутой скамейке пятка - носок | Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз |
| Подвижные игры | «Медведи и пчелы» | «Паук и мухи», | «Чай, чай, выручай», «Удочка» | «Ноги выше от земли» «Ловишки – перебежки» | |
| Малоподвижные игры | «Что мы делали – не скажем» | «Найди и промолчи» | «Что изменилось?» | «Кто ушел?» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАЙ (старшая группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|---------------|------------|-------------------------|---|
| Темы | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Этапы занятия | | | | | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: | знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | Здоровье: рассказывать о пользе ходьбы босиком Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Безопасность: формировать навыки |
| Вводная часть | Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед | | | | |
| ОРУ | Без предметов | Со скакалками | С палками | Разминка «Чунга –Чанга» | |

| | | | | | |
|--------------------------------------|--|--|--|--|---|
| <p>Основные виды движений</p> | <p>1. Ходьба по гимна. скамейке с перешагиванием набивных мячей. 2. Прыжки в длину с места с продвижением вперёд (5-6 прыжков подряд). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимна. стенке спиной к ней 5. Прыжки на 1 ноге с продвижением, фронтально</p> | <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимна. скамейке разными способами. 3. Перебрасывание мяча друг другу, ловля после отскока 4. Прыжки в длину с разбега, на мат 5. Броски мяча в кольцо</p> | <p>1. Ходьба по гимна. скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ходьба по гимна. скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 3. Прыжки на 1 ноге (прямо, «змейкой») 4. Отбивание мяча «змейкой»</p> | <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке</p> | <p>безопасного поведения во время игр с мячом. Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз Труд: учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр</p> |
| <p>Подвижные игры</p> | <p>«Охотники и зайцы»</p> | <p>«Переброска мячей»</p> | <p>«Вышибалы»</p> | <p>«Эстафеты парами»</p> | |
| <p>Малоподвижные игры</p> | <p>Ходьба по линии в равновесии</p> | <p>«Пришла весна»</p> | <p>«Статическое равновесие»</p> | <p>«Одуванчик»</p> | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СЕНТЯБРЬ (подготовительная группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|--|---|--|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходьба и бег в колонне по 1му с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их</p> | | | | | <p>Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; Социализация: Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, заданий с мячом, подвижной игры. Коммуникация: поощрять речевую активность детей в процессе двиг. активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня Познание: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p> |
| Вводная часть | Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен. | | | | |
| ОРУ | С малым мячом | На гимнастических скамейках | С палками | С обручем | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием брусков (боком приставным шагом). 2. Прыжки с места (через набивные мячи) 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, из-за головы 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке | 1. Прыжки с доставанием до предмета. 2. Метание в горизонтальную цель 3. Пролезание в обруч разными способами 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками | 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками 2. Броски малого мяча вверх одной рукой, ловля двумя 3. Ходьба в колонне с хлопком под коленом 4. Лазание по гимнастической стенке | 1. Прыжки с места 2. Ходьба по гимна. скамейке с хлопком под коленом на каждый шаг 3. Броски мяча др. другу (сверху, от груди, снизу) 4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую | |
| Подвижные игры | «Совушка» | «Поменяй предмет» | «Ловишки - перебежки» | «Пятнашки мячом» | |
| Малоподвижные игры | «Найди и промолчи». | «Дождик, капелька» | Ходьба с выполнением дыхательных упражнений | «Подойди не слышно» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ОКТЯБРЬ (подготовительная группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|---|---|--|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.</p> | | | | | <p>Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух). Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). Коммуникация обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания Труд: учить следить за чистотой спортивного инвентаря Познание: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи. Музыка: продолжать вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку</p> |
| Вводная часть | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, «Найди пару», ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы. | | | | |
| ОРУ | С малым мячом | Без предметов | В парах | Ритм. композиция Антошка» | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по скамейке на носках, руки за головой, на середине присед 2. Прыжки через канат с продвижением. 3. Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля двумя. (перебрасывание из одной руки в другую) 4. Прыжки из обруча в обруч в шахм. порядке | 1. Ползание по скамейке на животе. 2. Пролезание в обруч в парах 3. Отбивание мяча на месте, в движении 4. Ведение мяча с забрасыванием в корзину 5. Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги | 1. Ведение мяча «змейкой» 2. Прыжки вверх из глубокого приседа 3. Ползание по скамейке разными способами. 4. Ходьба по перевернутой скамейке с мешочком на голове 5. Прыжки на возвышенность (мат) выполнять взмах руками, колени к груди | 1. Ходьба по канату боком, прямо 2. Прыжки через канат с продвижением 3. Лазание на гимн. стенку 4. Игровые упр-я: «Самый меткий», «Мяч – водящему», «Кольцеброс» | |
| Подвижные игры | «Вышибала» | «Пятнашки мячом» | «Ловишки парами», «Ноги выше от земли» | «Мы – весёлые ребята», «Хитрая лиса» | |
| Малоподвижные игры | «Съедобное – не съедобное» | Самомассаж | «Найди отличия» | «Летает - не летает». | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
НОЯБРЬ (подготовительная группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|---|---|---|--|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруч, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и.</p> | | | | | <p>Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. Социализация: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега враспынную. Познание: ориентироваться в пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз) Труд: Следить за</p> |
| Вводная часть | Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал | | | | |
| ОРУ | С обручем | Со скакалкой | Без предметов | На полу | |
| Основные виды движений | 1. Прыжки через шнуры (на двух и одной ноге) 2. Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ходьба по канату боком, мешочек на голове. 4. Прокатывание обруча др. другу. 5. Прыжки на двух ногах с мешочком м/ду колен | 1. Прыжки ч/з скакалку 2. Подлезание под дугу боком. 3. Прокатывание обруча др. другу. 4. Пролезание в обруч, не касаясь руками пола в парах. 5. Броски в баскетбольную корзину | 1. Метание (4м) в горизонтальную цель 2. Ползание с мешочком на спине по гимнастической скамейке. 3. Лазание на гимнастической стенке по диагонали. 4. Ведение мяча с забрасыванием в баскетбольное кольцо | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат. 3. Прыжки на 1 ноге с продвижением 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом. 5. Прыжки на батуте. | |
| Подвижные игры | «Кто скорее до флажка докатит обруч» | «Удочка» | «Ноги выше от земли» | «Эстафета парами» | |
| Малоподвижные игры | «Самомассаж» ног мячами ежиками | Ходьба по ребристой доске | «Найди, где спрятано» | Музыкальная релаксация | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЕКАБРЬ (подготовительная группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|---|--|--|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям</p> | | | | | <p>Здоровье: рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к выполнению упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой. Социализация: формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками Безопасность: учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. Труд: Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование</p> |
| Вводная часть | Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения | | | | |
| ОРУ | Без предметов | В парах | С обручами | Ритм. композиция «Весёлая кукуруза» | |
| Основные виды движений | 1. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на правую и левую ногу и переносом другой ноги махом сбоку скамейки. 3. Спрыгивание со скамейки. 4. Броски мяча в корзину двумя руками от груди. | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками и ловля после хлопка (приседа) 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Прыжки вдоль линии (две ноги по бокам - одна нога в середине) | 1. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись, помогая друг другу. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба приставным шагом на гимнастической стенке. 4. Ползание по гимнастической скамейке на животе. | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол с боку. 2. Ходьба с перешагиванием набивных мячей на каждый шаг. 3. Метание в цель 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка) и с мешочком на спине | |
| Подвижные игры | «Ловля обезьян» | «Охотники и зайцы» | «Снежки» | «Два мороза» | |
| Малоподвижные игры | «Фигуры». | «Тише-едешь, дальше-будешь». | Кинезиологические упр. | «Саночки» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ЯНВАРЬ (подготовительная группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|--|---|--|--|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p> | | | | | <p>Здоровье: рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p> |
| <p>Вводная часть Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег</p> | | | | | <p>Коммуникация: обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.</p> |
| ОРУ | С палкой | С мячом | С гирями | С султанчиками под музыку | <p>Труд: учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.</p> |
| Основные виды движений | <p>1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по гимн. скамейке с перекладыванием малого мяча из одной руки в другую, впереди – сзади.</p> | <p>1. Прыжки вдоль линии (ноги врозь – вместе) 2. Ведение мяча правой, левой рукой. 3. Ползание на четвереньках с мешочком на спине. 4. Прыжки в длину с места. 5. Прыжки в длину с разбега (3 шага).</p> | <p>1. Метание набивного мяча из-за головы. 2. Ходьба по скамейке с перешагиванием набивных мячей. 3. Прыжки ч/з скакалку с продвижением вперёд. 4. Ходьба по канату боком с мешочком на голове. 5. Броски набивного мяча (снизу, сверху) фронтально.</p> | <p>Игровые упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ловкий хоккеист • Боулинг • Кольцеброс • Попади в ворота • Батут • Мячи - хопы | <p>Социализация: формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> |
| Подвижные игры | «Ловишка с мячом» | «Эстафеты с предметами» | «Снежки» | «Два Мороза» | <p>Познание: формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.</p> <p>Музыка: учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки</p> |

| | | | | | |
|--------------------|---|------------------|-------------|------------------------|--|
| Малоподвижные игры | «Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками | «Сдуй снежинку». | «Затейники» | Музыкальная релаксация | |
|--------------------|---|------------------|-------------|------------------------|--|

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ФЕВРАЛЬ (подготовительная группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|---|---|--|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p> | | | | | <p>Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. Социализация: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр Коммуникация:</p> |
| Вводная часть | Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое – левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий | | | | <p>обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз Труд: учить правильно подбирать предметы для</p> |
| ОРУ | Без предметов | С игрушками | С палками парами | На полу | |
| Основные виды движений | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом, руки за голову 2. Прыжки на скакалке 3. Броски мяча вверх и ловля с хлопком. 4. Ходьба с перешагиванием мячей | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Метание в гориз. цель 4. Прыжки ч/з набивные мячи | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Броски мяча др. другу (3м) 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Прыжки на 1 ноге 5-6м | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке | |

| | | | | | |
|--------------------|------------------|--------------------|---------------------|-----------|---------------------------------|
| Подвижные игры | «Ловишки парами» | «Конница» | «Поймай диверсанта» | «Граница» | сюжетно-ролевых и подвижных игр |
| Малоподвижные игры | Самомассаж | «Найди и промолчи» | «Море волнуется» | «Стоп» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАРТ (подготовительная группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|--|--|--|--|--|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p> | | | | | <p>Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Познание: учить двигаться в заданном направлении по</p> |
| Вводная часть | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы | | | | |
| ОРУ | Без предметов | Парами | С обручем | В движении | |
| Основные виды движений | <p>1. Ходьба по перевёрнутой гимнастической скамейке носок – пятка, руки за голову</p> <p>2. Броски мяча вверх, ловля с хлопком</p> <p>3. Прыжки через канат на 2х ногах, на 1 ноге</p> <p>4. Пролезание в обруч разными способами</p> | <p>1. Прыжки в длину с места (ч/з весь зал)</p> <p>2. Метание в вертикальную цель</p> <p>3. Лазание по гимнастической скамейке разными способами</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с мешочком на голове</p> <p>5. Подлезание под дугу без рук</p> | <p>1. Вращение обруча на кисти, на полу</p> <p>2. Прокатывание обруча друг другу</p> <p>3. Пролезание в обруч разными способами в парах</p> <p>4. Лазание на гимнастическую стенку</p> <p>5. Метание в горизонтальную цель</p> | <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной, приставляя ногу</p> <p>2. Прыжки со скамейки на мат</p> <p>3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом</p> <p>4. Игровые упражнения: «Пингвины», Прокатывание на мячах - хопках</p> | |

| | | | | | |
|--------------------|--------------------------|------------------------------------|-----------------------------|-----------------|--|
| Подвижные игры | «Кто быстрее до игрушки» | «Паук и мухи», «Бездомный заяц» | «Жмурки» | По выбору детей | сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз Труд: учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр |
| Малоподвижные игры | «Пришла весна» | «Море волнуется» | «Что мы делали – не скажем» | «Самомассаж» | |

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
АПРЕЛЬ (подготовительная группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|--|--|---|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: | <p>проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p> | | | | <p>Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча друг другу разными способами. Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз Труд: учить правильно подбирать предметы для</p> |
| Вводная часть | Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево | | | | |
| ОРУ | Без предметов | С обручем | С кольцом | На полу | |
| Основные виды движений | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба парами по 2м параллельным скамейкам (навстречу) 2. Прыжки на двух ногах с мешочком м/ду колен 3. Метание мешочков в горизонтальную цель 4. Метание набивного мяча (снизу, сверху) 5. Вис на гимнастической стенке | <ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки ч/з скамейку (в шаге, на 2х ногах) 2. Пролезание в туннель из обручей 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями (с броском в корзину) 4. Прыжки в длину с 3х шагов (с разбега) 5. Ходьба по канату | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по перевернутой скамейке носок - пятка 2. Прыжки ч/з скакалку 3. Метание мешочка в вертикальную цель 4м (правой, левой) 4. Броски мяча друг другу разными способами | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по залу с мешочком на голове, руки на пояс 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Игровые упражнения: <ul style="list-style-type: none"> • Батут • Мячи – хопы • Канат (ходьба, прыжки) • Гимнастическая стенка | |
| Подвижные игры | «Догони свою пару» | «Белочки - собачки» | «Мышеловка» | «Ловишка с ленточками» | |

| | | | | | |
|--------------------|--------|---------------|------------------------------|-------------|---------------------------------|
| Малоподвижные игры | «Стоп» | «Что не так?» | Кинезиологическое упражнение | «Кто ушел?» | сюжетно-ролевых и подвижных игр |
|--------------------|--------|---------------|------------------------------|-------------|---------------------------------|

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАЙ (подготовительная группа)**

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|---|--|---|--|---|
| Темы Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает и выполняет строевые команды; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | <p>Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p>Социализация: создать ситуацию, когда дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)</p> <p>Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p>Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p>Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз</p> <p>Труд: учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, с ускорением, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед | | | | |
| ОРУ | Без предметов | Со скакалками | С палками | Ритм. композиция «Чунга – Чанга» | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча впереди – сзади (под коленом) 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Метание набивного мяча. 4. Прыжки в высоту с места (на мат) | 1. Бег на скорость 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через скакалку | 1. Ходьба по линии пятка – носок, руки на пояс. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки в высоту «Достань бабочку» 4. Ведение мяча с броском в корзину | 1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мяч о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке | |
| Подвижные игры | «Хитрая лиса» | «Эстафеты» | «Вышибалы» | «Эстафета парами» | |
| Малоподвижные игры | «Кто сказал?» | «Море волнуется» | «Релаксация» «В лесу» | «Тише едешь- дальше будешь» | |