

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «БЕЛОЧКА»

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
Протокол № 1  
от «26» августа 2021



СВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ «Белочка»  
Н.А. МIRONENKO  
Приказ № 97-АД  
от «26» августа 2021

## Рабочая программа

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

СОСТАВЛЕНА С УЧЕТОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ С 2 ДО 7 ЛЕТ

НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

Составил:  
Инструктор по физической культуре  
Романова А.П.

г. Черногоorsk, 2021

---

## **Содержание программы**

<b>1. Целевой раздел.....</b>	<b>3</b>
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Значимые для разработки и реализации Программы характеристики.....	4
1.3 Планируемые результаты освоения Программы.....	10
1.4 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....	11
<b>2. Содержательный раздел.....</b>	<b>12</b>
2.1 Содержание образовательной деятельности.....	12
2.2 Комплексно-тематическое планирование.....	13
<b>3. Организационный раздел.....</b>	<b>67</b>
3.1 Материально-техническое оборудование.....	67
3.2 Информационно-методическое обеспечение образовательного процесса.....	68

## **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

## **1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа педагога (далее - Программа) разработана с целью организации образовательной деятельности с детьми 2-7 лет групп МБДОУ «Белочка» (далее - ДОУ).

Программа является составным компонентом Образовательной программы ДОУ.

Программа составлена на основе образовательной программы дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, А. Г. Гогоберидзе.

Парциальная образовательная программа «Физическая культура дошкольникам», автор Л.Д. Глазырина.

Содержание Программы реализуется через занятия, совместную деятельность и индивидуальную работу с детьми.

**Цель** - оптимально реализовать оздоровительное, воспитательное и образовательное направление физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребёнка во все периоды дошкольного детства.

### **Задачи образовательной деятельности в ДОУ**

- оздоровительная - обеспечение качественной работы дошкольных учреждений по укреплению здоровья детей;

-воспитательная - обеспечение социального формирования личности ребёнка, развитие его творческих сил и способностей.

-образовательная - обеспечение усвоения систематизированных знаний, формирование двигательных умений и навыков, развитие двигательных способностей.

### **Задачи образовательной деятельности в младшей группе:**

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

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

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

### **Задачи образовательной деятельности в средней группе**

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

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

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

### **Задачи образовательной деятельности в старшей группе**

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

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

Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;

Развивать творчество в двигательной деятельности;

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

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

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

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

### **Задачи образовательной деятельности в подготовительной группе**

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

Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях;

Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;

Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений;

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

Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

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

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

## **1.2. ЗНАЧИМЫЕ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ И РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ХАРАКТЕРИСТИКИ ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ВОСПИТАННИКОВ**

На втором году жизни продолжается работа по совершенствованию развития основных движений. У ребенка появляются навыки ходьбы, чувство равновесия, воспитывается координация движений, правильная осанка, формируется свод стопы. Степень развития движений ребенка зависит от состояния и развития центральной нервной системы; анатомо-физиологических особенностей; условий окружающей среды. На втором и третьем году под воздействием воспитания и обучения у ребенка качественно совершенствуются навыки бросания, ловли, ползания, лазания.

На третьем году жизни появляются подготовительные к прыжкам движения, к концу

этого возраста ребенок овладевает прыжками с движением вперед. К трем годам он не только овладевает почти всеми основными движениями, но и начинает применять их в свободной двигательной деятельности. Лазание продолжает совершенствоваться у ребенка 2 – 3 лет. Его учат пользоваться лесенкой, подниматься до самого верха. Необходимо создавать условия для лазания, влезания, перелезания. Движения, освоенные ребенком, закрепляются в подвижных играх. Физкультурные занятия с ребенком 2 – 3 лет проводятся в первой половине дня не менее чем через 30 минут после завтрака. При проведении занятий воспитатель распределяет детей на подгруппы.

#### **Младший дошкольный возраст**

Ребенок 3-4 лет с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен; при выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое; уверенно выполняет задания, действует, в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх; проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

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

**Общеразвивающие упражнения.** Традиционные двухчастные упражнения общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу.

#### **Основные движения.**

**Ходьба. Бег.** Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске. Ходьба и бег со сменой темпа и направления. Бег, не опуская головы.

**Прыжки.** Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте, с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними.

**Катание, бросание, метание.** Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками в даль, в горизонтальную и вертикальную цели.

**Лазание** по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола.

#### **Музыкально-ритмические упражнения.**

**Спортивные упражнения:** ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых.

**Подвижные игры.** Основные правила в подвижных играх.

#### **Средний дошкольный возраст**

Дети 4 - 5 лет в двигательной деятельности проявляют хорошую координацию,

быстроту, силу, выносливость, гибкость. Они достаточно уверенно и активно выполняют основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируются в пространстве. Повышается интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности. Появляется элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменение физических упражнений, комбинации из знакомых упражнений, передача образов персонажей в подвижных играх.

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

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

**Основные движения:** Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге - активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом.

**Ходьба** с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного).

**Бег** с энергичным отталкиванием, мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5х3=15)), ведение колонны.

**Бросание, ловля, метание.** Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании.

**Ползание, лазанье.** Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (впрыгивание на высоту 15—20 см.).

**Сохранение равновесия** после вращений, или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности.

**Подвижные игры:** правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия.

**Спортивные упражнения.** Ходьба на лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полуюлочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга).

**Ритмические движения:** танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.

### **Старший дошкольный возраст**

На пятом году жизни двигательная деятельность в развитии ребёнка приобретает особое значение. Существенно возрастают физические возможности детей: движения их становятся увереннее и разнообразнее. Именно в этом возрасте дети испытывают наиболее острую потребность в движении. В случае неудовлетворения и ограничения двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными и капризными. Двигательный опыт ребенка в этом возрасте богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений спортивных упражнений); в двигательной деятельности он проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость; в поведении четко выражена потребность в физическом совершенствовании.

Появляется стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициатива при выполнении упражнений. Дети уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняют упражнения. Способны творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. Они проявляют необходимый самоконтроль и самооценку. Могут самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.

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

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

**Ходьба.** Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры.

**Бег.** На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой

темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3x10 м в медленном темпе (1,5—2 мин).

**Прыжки.** На месте: ноги скрестив — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), впрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.

**Бросание, ловля и метание.** «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5-9 м) горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо.

**Ползание и лазание.** Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазанье ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.

**Подвижные игры** с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры- эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр.

**Спортивные игры** Городки. Бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). Баскетбол. Перебрасывание мяча друг другу от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. Игра по упрощенным правилам. Бадминтон. Отбивание волана ракеткой в заданном направлении. Игра с воспитателем. Футбол. Отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Обведение мяча между и вокруг предметов. Отбивание мяча о стенку. Передача мяча ногой друг другу (3—5 м). Игра по упрощенным правилам.

**Спортивные упражнения:** скользящий переменный лыжный ход, скольжение по ледяным дорожкам.

#### **Подготовительная к школе группа**

К концу дошкольного возраста (6 - 7 лет) продолжается дальнейшее развитие моторики ребёнка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребёнок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную



осанку. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку.

Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.

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

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

**Основные движения.** Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазанья по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения.

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

**Упражнения в равновесии.** Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.

**Бег.** Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5x10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м.

**Прыжки.** Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку.

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

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

**Подвижные игры.** Организовать знакомые игры и игру с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты.

**Спортивные игры.** Правила спортивных игр. Городки. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Баскетбол. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Футбол. Способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Настольный теннис, бадминтон. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола. Хоккей. Ведение шайбы клюшкой, забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры с меньшей темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запоздалого торможения.

**Спортивные упражнения.** Ходьба на лыжах. Скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке. Скольжение по ледяным дорожкам. После разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скольжение с невысокой горки.

### 1.3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представляют собой характеристики возможных

достижений воспитанников к концу возрастного периода с 2 до 7 лет

<b>Младший дошкольный возраст</b>	<b>Средний дошкольный возраст</b>	<b>Старший дошкольный возраст</b>	<b>Подготовительная к школе группа</b>
Сформирована соответствующая возрасту координация движений. Ребенок проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм	Движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Ребенок испытывает острую потребность в движении, отличается высокой возбудимостью. В случае ограничения активной двигательной деятельности быстро перевозбуждается, становится непослушным, капризным. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки	Проявляет интерес к физическим упражнениям. Ребенок правильно выполняет физические упражнения, проявляет самоконтроль и самооценку. Может самостоятельно придумать и выполнить несложные физические упражнения	У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей

	<b>Наименование</b>	<b>Срок</b>	<b>Ответственные</b>
Результаты освоения рабочей программы	«Диагностика физической подготовленности дошкольников» С.О. Филиппова	сентябрь, май	Инструктор по физической культуре

#### **1.4. ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-**

## ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ

Специфической особенностью организации развивающей предметно-пространственной среды является тот фактор, что в ДОУ совмещены физкультурный и музыкальный зал. Образовательная деятельность по физической культуре проходит как в утренние часы, так и во второй половине дня.

Рациональная предметно-пространственная развивающая среда насыщена оборудованием, которое легко поддается трансформации, многофункционально, вариативно, доступно детям.

Она выполняет развивающие, стимулирующие, информационные, воспитательные организационные функции.

Обстановка физического зала уравнивает эмоциональный фон каждого ребенка, способствует его эмоциональному благополучию.

Одновременно пространственная среда обеспечивает безопасность детей.

Для организации оптимального двигательного режима используется как зал, так и игровые комнаты, участки детского сада, спортивная площадка.

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1 СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Совместная деятельность взрослого и детей	Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьей, социальными партнерами
Занятия Подвижные игры Развлечения Разные виды гимнастик Спортивные праздники Закаливающие процедуры Дни здоровья Игровые беседы с элементами движения Чтение художественной литературы Физкультурные минутки Динамические паузы	Подвижные игры Спортивные игры и упражнения Развивающая игровая деятельность Двигательная активность в течение дня	Спортивные праздники Спортивные досуги Дни здоровья Анкетирование Информационные стенды Дни открытых занятий

### ОБЪЕМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ НАГРУЗКИ

Группа	Образовательные ситуации в неделю			В год	
	В зале	На воздухе	Длительность	Образовательные ситуации	Длительность
Младшая	2	1	45 мин	111	27 ч 45 мин
Средняя	2	1	1 час	111	37 ч
Старшая	2	1	1 час 15 мин	111	46 ч 15 мин

Подготовительная	2	1	1 час 30 мин	111	55 час 30 мин
------------------	---	---	--------------	-----	---------------

## 2.2. КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

Мес яц	Тема недели	Занятия Цель	Совместная деятельность	Работа с родителями
1	2	3	4	5
Сентябрь	I. «Здравствуйте, это я».	1. «Друг за другом – ровным кругом» Упражнять в ходьбе и беге небольшими подгруппами и всей группой за инструктором	Беседа «Играем вместе» Ознакомление детей с элементарными правилами в детском саду: играть с детьми не мешая им и не причиняя боль друг другу.	
		2. «По ровной дорожке шагают мои ножки» Упражнять в ходьбе между двумя линиями		
		3. «Доброе утро» Учить своими движениями и действиями проявлять любовь к окружающим предметам, к себе		
	II. «Наши игрушки»	1. «Мой веселый звонкий мяч» Упражнять в энергичном отталкивании мяча двумя руками	Разучивание подвижной игры «Успокоим змейку» Упражнять в беге не наталкиваясь друг на друга	
		2. «Поймай комара» Упражнять в подпрыгивании на двух ногах вместе.		
		3. «За бумажными змейками» Совершенствовать бег с предметами в руках		
	III «Наша группа»	1.«Я по залу иду» Формировать навык ориентировки в пространстве		
		2. «Найди свой домик» Закреплять умение ползать на четвереньках		
		3. «Песок в ладошках» Формировать навык обращения с песком, используя его для физических упражнений		
	IV. «Мы обедаем»	1. «Ты мне, я тебе» Упражнять в катании мяча друг другу, продолжать знакомиться с элементарными правилами поведения в детском саду	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	
		2.«Потушим свечи» Упражнять в подлезании под шнур		
			Развлечение: «День забавных	

			превращений в цветные мячики» Сбор лесного материала: прутьи, листочки	
	V. «Яркие осенние листочки»	1. «Осеннее настроение» Упражнять в подлезании на четвереньках под дугой 2. «Листопад» Упражнять в ходьбе по шнуру боком, приставным шагом. Кружение на месте. 3. «Паучок» Побуждать детей к лазанию по гимнастической стенке.	Упражнение «Я по лесенке иду». Формировать навык безопасного движения по лестнице.	Анкетирование по физическому воспитанию детей и приобщение к здоровому образу жизни
Октябрь	I. «Вкусные дары осени»	1. «Полосатые арбузы» Упражнять в ползании на четвереньках за катящимся мячом	Дидактическая игра «Во саду ли, в огороде?». Классифицировать овощи и фрукты по месту их произрастания.	
		2. «Пузатый кабачок» Упражнять в прыжках на двух ногах на месте		
		3. «У рябинки, у рябинки» Способствовать адаптации детского организма погодным условиям		
	II. «Оденем куклу на прогулку»	1. «Если у дождика ножки?» Упражнять в прыжках на двух ногах через предметы, приземляясь на полусогнутые ноги 2. «Бегите ко мне» Бег по звуковому сигналу 3. «Облака, облака, вы по небу плывете куда?» Формирование умений сохранять правильную осанку	Разучивание подвижной игры «Солнышко и дождик». Формировать умение останавливаться вовремя бега и ходьбы по сигналу взрослого	
III. «Наша дружная семья»	1. «Папа, мама и я» Упражнять в прыжках из обруча в обруч удобным для ребенка способом	«Воробушки и кот». Вспомнить правила игры: Пальчиковая	Групповые консультации «Закаливание	

		2. «Врозь нам скучно, вместе тесно» Формировать навык ползания, на четвереньках между предметами не задевая их	гимнастика «Моя семья»	детей в межсезонье»
		3.	Развлечение: «На прогулку мы идем по переулку». Развивать выносливость во время ходьбы и бега в медленном и среднем темпе, вызывать хорошее настроение.	
	IV. «Противоположности»	1. «Далеко – близко» Формирование навыка метания в горизонтальную цель двумя руками (1,5 – 2 метра)		
		2. «Крутые дорожки» Упражнять в ползании по «дорожке» на четвереньках между предметами не задевая их		
		3. «Ступенька вверх, ступенька вниз» Упражнять в ходьбе по ступенькам и сход с них		
Ноябрь	I. «Дом в котором мы живем»	1. «На большом ковре» Формировать навык выполнения общеразвивающих упражнений на ковре из положения сидя и лежа.	Дидактическое упражнение: «Назови свой адрес». Развивать память	Информационная листовка «С чего начать» Рекомендации по физической культуре для младших дошкольников
		2. «Деревья у нашего дома» Формировать навык прыжков вверх с касанием предмета рукой		
		3. «Огонек – уголек» Упражнять в прыжках через невысокое препятствие		
	II. «Коля и Катя в гостях у детей»	1. «Циркачи» Формировать навык ходьбы по мешочкам, лежащим на полу (6 шт.)	Игра –забава «Веселые переодевания» Вспомнить	
2. Кузнечики» Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед (2-3 м)				



			персонажи любимых сказок	
		3.	Развлечение «Маленькие гномики». Формировать у детей желание к самовыражению с использованием сказочного образа	
	III. «Мой домашний любимец»	1. «Кошкин дом». Упражнять в подлезании под дугу разнообразными способами.		
		2. «Барбоскины». Упражнять в ходьбе по прямой линии на четвереньках.		
		3. «Зверюшки наострили ушки». Упражнять детей в передаче образа животных в движении, способствовать развитию у детей инициативности.		
	IV. «Кукла готовит обед»	1. «Поймай рыбку» Формировать навык прыжков в длину в указанное место	Упражнение «Лыжник», «Конькобежец». Выработка правильной осанки.	Памятка для родителей «Движение - это жизнь»
		2. «Месим тесто на дрожжах» Формировать навык прыжков на батуте с поддержкой педагога		
		3. «Сладкая вершина» Упражнять в спрыгивании с невысоких предметов		
Декабрь	I. «Зимушка-зима в гости к нам пришла»	1. «Ой снег, снежок - белая метелица» Упражнять в ходьбе по канату приставным шагом		
		2. «Снежные мячики» Формировать навык бросания и ловли мяча друг другу и с педагогом на расстоянии 1,5 м.		
		3. «Ледовая лужица» Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по скользкой поверхности		
	II. «Новогодние подарки для кукол»	1. «Хорошо хороводим» Формировать навык построения в один и два круга		

	<p>2. «В гостях у еловой веточки» Формировать навык в ползании по бревну на четвереньках</p> <p>3. «Летающие тарелочки» Формировать навык метания предметов с места, в движении</p>		
III. «Здравствуй Дедушка Мороз»	<p>1. «В гости к зайке - попрыгайке» Формировать навык ходьбы по ограниченной поверхности, перешагивая через предметы. Высота до 10 см</p>		
	<p>2. «Ежата готовятся к елке» Закреплять навык ползания по бревну на четвереньках.</p>	<p>Развлечение «Снежная карусель». Привлечение детей к посильному участию в коллективных и индивидуальных действиях. Доставлять им радость в ощущениях от собственных движений в играх и забавах со снегом</p>	
	<p>3. «Ах вы сани, мои сани» Упражнять взбирании на маленькие склоны с санями и скатывании на них вниз</p>		
IV. «Мы улыбаемся – у нас праздник»	<p>1.</p>	<p>Развлечение «Ловкие детишки». Создавать условия для гармоничного развития разных физических качеств: быстрота, ловкость, выносливость с чередованием работы разных групп мышц.</p>	
	<p>2. «Снеговичок» Упражнять в прыжках вверх по предметам с хлопком в ладоши</p>		
	<p>3. «Волшебные варежки» Развивать ловкость рук, катая мяч по прямой дорожке и вокруг предмета, подталкивая его руками</p>		

Январь	I. «По снежной дорожке»	1. «Мы веселые ребята» Упражнять в ползании на четвереньках между шнурами не задевая их	Игра малой подвижности «По ровной дорожке, бегают матрешки». Профилактика нарушения зрения	Консультация «Закаливание в зимнее время»
		2. «Что можем – покажем» Упражнять в ходьбе по возвышенности и спрыгивании с нее (высота 15 см.)		
		3. «И кто эту горку построил?» Развивать осторожность при катании с ледяной горки		
	II. «Зимовье зверей»	1. «Птички – невелички» Упражнять в прыжках вверх до предмета на высоту вытянутой руки	Кукольный театр «Мишутка – физкультурник». Привитие привычки «ЗОЖ»	
		2. «Страдание зайки попрыгайки» Формировать навык бросания мяча руками из-за головы		
		3. «Не боимся мы мороза» Развивать устойчивое равновесие при передвижении по скользкой опоре		
	III. «Русское народное творчество»	1. «Волшебная гостья». Упражнять в различных видах ритмического бега и ходьбы под сопровождение русских народных мелодий.		
		2. «Как на горке, на горе». Развивать умение устойчиво держаться на ногах, не теряя равновесия, поднимаясь на возвышенность и спускаясь с нее.		
		3. «Хорошо хороводим». Упражнять детей в ходьбе в хороводе, в умении повторять движения за взрослым и другими детьми.		
Февраль	I. «Мальчики и девочки»	1. «Поварята» Формировать навык бросания мяча друг другу от груди		
		2. «Хорошо ли быть взрослым?» Ознакомление с упражнениями на растягивание тела под музыкальное сопровождение		

	3. «Маленькие работники» Воспитывать положительное отношение к трудовой деятельности на участке детского сада (уборка снега). Ознакомление с трудом дворника		
II. «В гостях у Айболита»	1. «Спинку ровно я держу» Формировать навык ползания по доске на четвереньках с мешочком на спине		
	2. «Поползаем, поползаем» Способствовать развитию у детей имитационных способностей «крабики», «змейки»		
	3. «Здоровячки» Ознакомление с дыхательными упражнениями на морозном воздухе. Закаливание в зимнее время.		
III. «Папин праздник»	1. «Шайбу, шайбу» Формировать интерес к игре «хоккей»		
	2. «Клюшка – игрушка» Овладение хоккейной клюшкой		
	3. Развлечение: «Папин праздник» Зимний спортивный праздник «Пробуй чемпионом стать». Развивать интерес к зимним спортивным состязаниям. Забивание шайбы клюшкой в воротца		
IV. «Большие и маленькие» (животные и их детеныши)	1. «Курочка хохлатка» Упражнять в беге с увертыванием	«Суджок – терапия» «Мячик я в руках катаю»	
	2. «Лошадки» формировать навык ходьбы с перешагиванием через рейки, лестницы, лежащими на полу		
	3. «Зоопарк»		

		Формировать навык ходьбы по наклонной доске вверх вниз		
Март	I. «Наши мамочки»	1. «Самый светлый день в году» Упражнять в ходьбе по скамейке на носках, руки в стороны		
		2. «Познакомимся с гимнастическим матом» Вызвать интерес к выполнению упражнений с начальными элементами акробатики		
		3. «Сильный, слабый, ветерок» Упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх вниз с предметом в руках		
	II. «Мир за окном – весна пришла»	1. «По весенним проталинам» Упражнять в ходьбе по извилистой дорожке на носках. (ширина 25 – 30 см, длина 5-6 м.		
		2. «Сугробы тают» Формировать навык прыжком в длину с места (40 см.)		
		3. «Весенние лужицы» Формировать навык приема мяча двумя руками		
	III. «Целый день»	1. «Что делать детворе, когда непогода на дворе?» Упражнять в ходьбе по доске приставным шагом		Участие родителей в развлечении
		2. «Мяч в высокой корзине» Овладение мячом по типу игры «баскетбол»		
		3.	Развлечение «Палочки – скакалки». Обогащать детей яркими впечатлениями от манипуляции со скакалкой	
	IV. «Встречаем птиц»	1. «Веселый скворец». Совершенствовать ходьбу с высоким подниманием ног, вносить элементы эстафеты.		
2. «Трудолюбивый грач». Совершенствовать умения и навыки в бросании и ловле большого мяча, выполнять игровые движения с элементами ползания на				

		четвереньках. 3. «Прыгуны». Прыжки в длину с разбегом.		
	V. «Накроем стол к праздничному столу»	«Знакомые столики» Упражнять в прыжках на месте и в движении способом: ноги вместе, ноги врозь «Вкусные блинчики» Формировать положительные отношения к традиционным народным праздникам (бросание мяча вверх и его ловля 2-3 раза подряд) «Овощи и фрукты для физического развития детей – лучшие продукты» Упражнять в катании мяча по прямой узкой дорожке. Устанавливать зависимость физического состояния от питания детей	Остеопатическая гимнастика «Потягушки». Восстановление симметрии тела	
Апрель	I. «Путешествие в космос»	1. «Стульчики - вертульчики» Развивать координационные способности при применении предметов быта - стульчиков 2. «Узнай движение» Развитие быстроты реакции на движущиеся объекты 3. «Космонавты – летчики» Формировать навык лазания по вертикальной лестнице приставным шагом		«День открытых занятий»
	II. «Из чего сделаны предметы?»	1. «Обруч на дорожке» Упражнять в пролезании в обруч вперед головой 2. «Скамеечка зеленая в парке» Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке свободным движением рук. 3.	Развлечение. «Ребятушки-автомобилисты». Приобщение детей к техническим видам спорта, вводить элементы соревновательных действий. Ознакомление с правилами дорожного движения	
	III. «Мы показываем»	1. «Куручка- ряба и святое яйцо» Формировать навык		

	театр»	умения вращать мяч на месте вокруг своей оси и прокатывания его вокруг себя		
		2. «Колобок» Формировать навык ползания по доске в полном присяде, руки на коленях		
		3. «Парашют» Формировать умение удерживать «парашют» на весу во время игр ним		
	IV. «Парикмахерская» (Расти коса до пояса)	1. «Длинная коса» Формировать навык техники выполнения прыжка в длину с места		
		2. «Короткая стрижка» Формировать навык спрыгивания со скамейки на мат, с приземлением на полусогнутые ноги		
		3. «Ленточка – птичка» Оздоровительный бег с предметом в руках		
Май	I. «День Победы»	1. «Быстрые колеса» Езда на самокате. Освоение правил езды на нем		
		2. «На дворе месяц май, сколько хочешь играй» Прыжки через шнур на высоту 5-10 см.		
		3. «На встречу с мячом» Вызывать интерес к элементам игры в футбол		
	II. «Птицы прилетели»	1. «Длинноногий журавль» Упражнять в ходьбе по лестнице положенной на пол		Привлекать родителей к участию в развлечении
		2. «Скворечник» Упражнять в пролезании в обруч удобным способом		
		3.	Развлечение. «Самый веселый день в году» Развитие координационных способностей в игровых ситуациях	
	III. «Я одеваюсь сам»	1. «Башмачок» Развитие меткости. Величина предметов: большой, маленький, средний		Выступление на родительском
		2. «Веселые бревнышки» Упражнять в принятии		

		устойчивого положения на повышенной площади опоры		собрании «Азбука «АУ» (О мерах безопасности детей на природе)
		3. «Спортивный городок» Ознакомление детей с оборудованием на спортивной площадке		
IV. «Живое во круг нас: весенние цветы»		1. «Рождение одуванчиков» Упражнять в подлезании в полномприсяде под дугу высотой 50см	Оздоровительно – развивающая игра «Волшебный круг». Профилактика плоскостопия	
		2. «Прыжки через веревочку» Развивать прыгучесть		
		«Первоцветы» Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча перед собой		



## Комплексно-тематическое планирование в средней группе

Месяц	Тема недели	Занятия Цель	Совместная деятельность	Работа с родителями
1	2	3	4	5
Сентябрь	I. «Наш любимый детский сад»	1. «В городке веселых затей» Упражнять в ходьбе и беге между параллельными линиями		
		2. «Вправо, влево» Упражнять в прыжках на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча).		
		3. «Смешной фотограф» Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед до ориентира		
	II. «Наша группа»	1. «Поиграем в упражнения» Формирование правильной осанки		
		2. «Достань до предмета» Упражнять в подпрыгивании на месте на двух ногах		
			Развлечение. «Как прекрасен этот мир - посмотри!». Вводить игры с элементами соревнования.	
	III «Семья»	1. «По парам» Упражнять в беге и в ходьбе в парах		
		2. «Ты мне, я тебе» Формировать навык прокатывания мечей друг другу стоя на коленях		
		3. «Кто дальше?» Ознакомление с техникой выполнения прыжка в длину. Техника выполнения прыжка		

Октябрь	IV. «Осень золотая»	1. «Встреча с осенью пражнять детей в различных видах ходьбы	Подвижная игра: «Найди свое мест» Формирование навыка ориентировки в пространстве	
		2. «Идут осенние дожди» Оздоровливать организм при помощи имитационных движений		
		3. «Тонкая рябина» Развивать творческие способности детей с помощью пластических движений. Инсценировать русскую народную музыку.		
	V. «Дары осени»	1. «Осенние цветы» Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейки с приседанием по середине	Смотр – конкурс «Наша спортивная форма»	Анкетирование по физическому воспитанию детей и приобщение к здоровому образу жизни
		2. «На варенье, на компот» Упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч		
		3. «В осеннем лесу» Формировать навык соблюдения определенных интервалов во время передвижения		
	I. «Одежда»	1. «Осенняя непогода» Развитие глазомера, закрепление алгоритма последовательного одевания	Развлечение. «Кто быстрее?» Продолжать вводить игры с элементами соревнования, доставлять радость в ощущениях собственных движений в играх, забавах, хороводах	Групповые консультации «Закаливание детей в межсезонье»
		2. «Не промочи ножки» Упражнять в прокатывании мяча по мостику двумя руками перед собой		
		3.		
II. «Родной город»	1. «Разные дома» Формировать навык прыжков на двух ногах, через набивные мешки разного размера. Величина.	Дидактическая игра: «Станем по росту». Игра малой подвижности «Низкий – высокий»		
	2. «По широкой улице, узкому переулку» Упражнять в ходьбе по доске (ш- 15 см.), перешагивание через кубики разной высоты.			

		3. «Путешественники» Формирование навыка ориентировки в пространстве на участке детского сада и правильного поведения в незнакомых местах		
	III. «Дом для Маши»	1. «Строим дом» Упражнять в подлезании под шнур высотой 40 см, с мячом в руках. Развитие ритмичности и глазомера.		
		2. «Заносим мебель» Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности с перешагиванием предметов различной ширины		
		3. «Забавные игры сегодня нас ждут» Развивать быстроту реакции, регулировать напряжения внимания и мышечной деятельности в зависимости от складывающихся игровых ситуаций. Использование игровых конструкций на спортивном участке. (гимнастическая стенка).		
	IV. «Посуда»	1. «Федорино горе» Упражнять детей в прыжках на двух ногах через шнуры	Чтение отрывка из «Федорино горе» К. Чуковского. Обогащение словарного запаса	Информационная листовка «Физическое воспитание ребенка в семье» Организация правильного режима
		2. «Давайте придумывать» Формировать навык перебрасывания меча друг другу разными способами (двумя руками, из-за спины, из-за головы)		
		3. «Строевые упражнения» Совершенствовать строевые упражнения в играх		
ноябрь	I. «Домашние животные»	1. «Доброе сердце» Содействовать развитию личностных качеств (доброты, сопереживания). Упражнять в лазании и ползании		
		2. «Рядом с ветром» Бег на дистанцию 30 м.		
		3. «Зверюшки наострили ушки» Передавать образ животных в движении, проявляя инициативу		

	II. «Дикие животные»	1. «Лисичка - сестричка» Формирование навык владения мячом. Прокатывания мяча между предметами, поставленными в одну линию	Подвижная игра «Где, кто живет?» Упражнять в классификации животных по месту обитания	
		2. «Прыг – скок, отгадай чей прыжок» Формировать прыжковую выносливость. Прыжки на двух ногах до ориентира		
		3.		
	III. «Птицы»	1. «Воробьи - прыгуны» Формировать навык прыжков в длину с разбега	Развлечение. «Забавные игры сегодня ждут нас». Вызывать у детей веселое радостное настроение, совершенствовать условия и навыки, развивать быстроту реакции	
	2. «Цапелки» Формировать навык перехода через «болото»			
	3. «Провожаем птиц в полет» Вырабатывать ловкость и быстроту реакции на изменение на изменение в окружающей обстановке			
	IV. «Пусть всегда будет мама!»	1. «Доброе сердце». Упражнять в ползании и лазании по возвышенности (скамейке), формировать правильную осанку.	Игра малой подвижности «Летает, плавает, ползает» Закрепление способов передвижения насекомых, животных птиц	
	2. «Поскачу-поскачу, через все препятствия перелечу». Вызвать интерес к скакалке, упражнять в умении выполнять общеразвивающие упражнения с предметами.			
	3. «Цветы для мамы». Корректировать эмоциональное поведение с помощью комнатных цветов, формировать пластику движений на эмоциональном фоне восприятий и ощущений красоты слова, обращенного к цветку.			
Декабрь	I. «Мой организм»	1. «Прислушайся» Обсудить пользу дыхательных упражнений. Ознакомление с методикой А. Стрельченко	Подвижная игра «Подводное плаванье»	Групповая консультация «Закаливание детей в зимнее время»
	2. «Босые ножки шли по дорожке» Обсудить пользу босохождения. Игры по профилактике			

		плоскостопия		
		3. «Закаляйся и укрепляйся» Обсудить пользу закаливающих процедур. Оздоровительный бег по снегу.		
II. «Зимние забавы»	1. «Волшебная гостя» Совершенствовать навыки лазания и перелазывания	2. «Снежки за окном» Развивать ловкость рук, манипулируя облегченными предметами	Изготовление снежков из бумаги	
	3. «Зимние забавы» Ознакомление детей со спортивным инвентарём, применяемых в зимних видах спорта			
	1. «Хоровод под Новый год» Упражнять в ходьбе и беге в разных направлениях между предметами	2. «На горку взберись, с горки спустись» Упражнять в ползании по наклонной доске на четвереньках, хват с боков.		
III. «Новогоднее чудо»			Развлечение. «Зимушка – зима, спортивная пора». Вырабатывать умения и навыки самостоятельно применять спортивные движения в игровой обстановке. Игры и эстафеты.	
IV. «Кошкин дом» (Огонь)	1. «Добрый – злой огонь» Формировать навык прыгивания с возвышенности			
	2. «Наши пальчики и ручки» Формировать навык перебрасывания мяча друг другу различными способами, увеличивая расстояние			

		3. «Пожарные на учениях» Упражнять в ходьбе с перешагиванием через рейки и лестницы высотой 25 см.		
Январь	I. «Транспорт»		Развлечение. «Путешествие в деревню Сказкино». Любимые подвижные игры детей.	Информационная листовка «Десять заповедей для здоровья Вашего ребенка»
		2. «Автомобили, автомобили, буквально все заполонили» Упражнять в лазании по наклонной лестнице, скату	Подвижная игра «Светофор» Закреплять правила уличного движения	
		3. «Мы поедем утром ранним» Упражнять в прыжках в глубину, спрыгивание с высоты 25 см.		
	II. «Я и мои друзья»	1. «Поговорим о лыжах» Ознакамливать детей с игровыми движениями на лыжах		
		2. «На горку взберись, с горки спустись» Упражнять в ходьбе на лыжах с палками		
		3. «Санки, санки» Развивать силовые качества. Закреплять технику безопасного поведения		
	III. «Мир технических чудес»	1. «Непонятный шнур» Формировать умение прыгать вверх с места (вспрыгивание, высота 15-20 см.)		
		2. «Январь на дворе» Формировать у детей желание обогащать выразительность своих движений с помощью музыки		
		3. «Футбол на льду» Создавать условия для выполнения спортивных упражнений в разных условиях с разнообразными предметами		
I. «Катя идет в гости»	1. «Похлопаем, потопаем» Упражнять детей в выполнении физических упражнений в парах			

		2. «Заглянула в гости к нам скакалка» Создавать условия для выполнения упражнений со скакалкой, используя различные нетрадиционные варианты			
Февраль		3. «Подарки» Развивать координацию движений. Упражнение с длинной скакалкой	Игры с зеркалом		
	II. «В гостях у сказки»	1. «Попробуем поймать солнечного зайчика» Упражнять в беге в сочетании с прыжками			
		2. «Златая цепь» Вырабатывать технику лазания вверх по гимнастической стенке, воспитывать волевые качества (смелость, решительность)			
		3. «Конек-Горбунок» Использование качеств животных в работе, в играх, в развлечениях			
	III. «Защитники отечества»	1. «Здравствуй февраль» Упражнять в прыжках в высоту с разбега и устойчивому положению тела после приземления	Лепка снежков снарядов	Развлечение. «Еще не все метели улетели». Праздник пап.	Привлекать родителей к участию «Праздник пап»
		2. «Строим крепость» Упражнять в метании в цель			
	IV. «Магазин»	1. «В спортивном магазине» Определение положения предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, вверху-внизу.			
		2. «Наши покупки» Совершенствовать в ходьбе с перешагиванием набивных мячей			
		3. «Волшебные палочки» Ознакамливать детей с эстафетным бегом			

Март	I. «Весна -красна»	1. «Чудесный весенний денек» Создавать условия для формирования навыка соблюдения правил безопасного поведения при выполнении прыжков в длину с места, с разбега. Закреплять технику выполнения прыжка		День открытых занятий
		2. «Подтягушки» Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками		
		3. «Спешит на улицу детвора» Преодоление полосы препятствий на спортивной площадке		
	II. «Мамин день»	1. «Юные гимнасты» Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке боком. Руки на поясе. На середине доски перешагивать предметы.		Развлечение. Физкультурный досуг «Давайте потанцуем». Использование детьми плясовых движений, с изменением темпа. Импровизация.
		3. «В городке веселых затей» Упражнять детей в ориентировке на местности (участок детского сада)		
	III. «Птицы»	1. «Ранняя птичка» Формировать навык прыжков с места «Фронтально»		
		2. «Охотники и птицы» Упражнять в прыжках из обруча в обруч, сменяя ноги		
		3. «Перелет птиц» Совершенствовать навыки пробегания под вращающейся скакалкой		
	IV. «Цветы»	1. «Аленький цветочек»		



		Упражнять в ходьбе и беге по наклонной доске. Беседа о пользе здорового образа жизни		
		2. «Первоцветы» Прыжки через набивные мячи, боком. Вправо -влево		
		3. «Цветик - семицветик» Совершенствовать умения и навыки ловли и бросании большого мяча. Расстояние 1,5 м.		
	V. «Насекомые»	1. «Поползунчики» Упражнять в ползании по гимнастической скамье на ладонях и коленях		Информационный листок «Зачем заниматься утренней гимнастикой и спортом»
		2. «Попрыгунчики» Упражнять в прыжках на двух ногах до ориентира, между предметами, поставленными в ряд, змейкой.		
		3. «Бегаем, прыгаем, метаем» Вырабатывать умение быстро реагировать на сигнал в игровых упражнениях		
Апрель	I. «Космос»	1. «Летчики - космонавты» Совершенствовать навыки ходьбы на высокой опоре с последующим соскоком и приземлением.	Конструирование «Ракета», «Стульчик»	
		2. «Проверка скафандра» Ознакомить с одеждой спортсмена, космонавта. Упражнять в ходьбе на скамейке на встречу друг другу и расходясь друг от друга		
		3.	Развлечение. «На ракете в космос». Игры на закрепление основных движений с бегом, прыжками, лазанием.	
	II. «Деревья»	1. «Высокие и низкие» Упражнять в подбрасывании мяча вверх и его ловля		
		2. «Кустарники» Формировать навык отбивания мяча об пол одной рукой		

		несколько раз			
		3. «А на дворе - апрель» Совершенствовать навыки равновесия в ходьбе на повышенной опоре. Развивать ловкость и быстроту в подвижных играх			
	III. «Морские обитатели»	1. «На корабле» Привлекать детей к выполнению физических упражнений в различных условиях, проявлять находчивость, развивать координационные способности			
		2. «В реке, в море» Перебрасывание мяча из за головы. Расстояние 2 м.			
		3. «Потерянный предмет» Формировать умение ориентироваться в пространстве по плану. Повороты направо, налево			
	IV. «Огород на окне»	1. «Мы сажаем огород» Формировать навык пробегания в катящийся обруч			
		2. «И фасоль и горох, - будет урожай не плох» Упражнять в перебрасывании мячей друг другу снизу и ловле после отскока			
		3. «На месте не стоим, вращаемся, бежим» Выполнение упражнений с длинной скакалкой			
	Май	I. «День Победы»	1. «Метатели» Привлечение детей к соревнованиям между собой. Формировать умение оборудовать места для проведения соревнований.		Выступление на родительском собрании «Азбука «АУ». Безопасность ребенка при поездках на природу
				Развлечение. «Этот день Победы». Строевые упражнения, игра «Зарница»	
		3. «Давай посоревнуемся» Эстафеты с мячом			
	II. «Что весна нам подарила?»	1. «Попробуем поймать солнечного зайчика». Совершенствовать навыки в прыжках на одной, 2-х			

		ногах с продвижением вперед.		
		2. «Нужный платочек». Формировать умения мягкого приземления при перепрыгивании через предмет.		
		3. «Спешит на улицу детвора». Упражнять в метании предметов в цель, воспитывать умение быстро ориентироваться в условиях игровых действий с применением нетрадиционных предметов.		
	III. «Мой портрет»	1. «На месте не стоим, вращаемся и бежим». Упражнять в выполнении движений с длинной скакалкой. Развивать скоростно-прыжковые способности.		
		2. «За бумажным змеем». Упражнять в метании в движущую цель.		
		3. «Соломенная шляпа». Упражнять в прыжках через предметы различной высоты на 2-х и 1-й ноге.		
	IV. «Здравствуй лето»	1. «День бегуна» Соревнования на лучшего бегуна. 30 м.	Спортивный праздник «Навстречу лету». Укрепление иммунитета	
		2. «День прыгуна» Соревнования на лучшего прыгуна. 70 см.		
		3.		

## Комплексно-тематическое планирование в старшей группе

Мес яц	Тема недели	Занятия	Совместная деятельность	Работа с родителями
1	2	3	4	5
Сентябрь	I. «Я и моя семья»	1. «В месте весело шагать и бегать» Формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега	Подвижная игра «Отсчитаем шагами» Наметить вместе с детьми продолжительность беговой дорожки	
		2. «Ты мне, я тебе» Упражнять в перебрасывании мяча стоя, не прижимая к себе мяч		
		3. «Играем в командах» Элементы игры в волейбол Формировать навыки безопасного поведения при проведении спортивных игр с мячом. Воздушные ванны		
	II. «Впечатления о лете»	1. «Мы туристы» Упражнять в ходьбе по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. Ознакомление с туристическим снаряжением	Рассматривание альбома с туристическим снаряжением.	
		2. «На морской прогулке» Упражнять в ползании на четвереньках по гимнастической скамейке на ладонях и коленях	Дидактическая игра «Что кому нужно»	
		3.	Развлечение. «Как прекрасен этот мир, - посмотри!» Вызвать хорошее настроение, воспитывать взаимовыручку, знакомить с природой Хакасии.	
	III «Детский сад»	1. «Раз, два, три, иди!» Формировать навык ориентировки в пространстве, при	Ознакомление с планом-схемой	Анкетирование по физическому

		перестроениях, смене направления движения	участка детского сада. Разучивание подвижной игры «Раз, два, три – к качелям беги...»	воспитанию детей и приобщение к здоровому образу жизни
		2. «Дни недели» Упражнять в перешагивании через увеличивающиеся по высоте бруски (7 шт.). Закаливание –мытьё рук прохладной водой после физкультурных занятий		
		3. «Мы веселые ребята» Упражнять в подлезании в обруч, в группировке. Обсудить пользу соблюдения режима дня.		
	IV. «Обустроим нашу группу»	1. «Живая шляпа» Упражнять в подлезании под шнур, не касаясь руками пола	Игра – забава «Веселые переодевания». Вспомнить любимых сказочных персонажей	
		2. «Кто здесь побывал?». Сказочные персонажи: Золушка, Буратино. Упражнять в ходьбе по возвышенности высотой 15 см., преодолевая препятствия		
		3. «Поляна сказок» Закреплять навык прыжков на месте на двух ногах. Снимать эмоциональное напряжение		
	V. «Осень»	1. «Идут осенние дожди» Формировать навык спрыгивания со скамейки на полусогнутые ноги. Беседа о правильном питании	Смотр – конкурс «Наша спортивная форма»	Групповые консультации: «Закаливание детей в межсезонье»
		2. «Разноцветные автомобили» Развивать восприятие предметов по форме и цвету. Упражнять под дугу на четвереньках прямо и боком	Разучивание подвижной игры «Светофор». Формировать навык действий по цветовому сигналу»	
		3. «Рядом с ветром» Бег 50 м.	Игра малой подвижности. «Дышим правильно». Ознакомление с упражнением	

			дыхательной гимнастике по методике А. Стрельченко	
Октябрь	I. «Уборка урожая»	1. «На варенье, на компот» Упражнять в бросках мяча двумя руками из за головы. Передача друг другу над головой	Дидактическая игра «Сортируем овощи и фрукты». Восприятие формы.	
		2. «Овощи и фрукты» Упражнять в метании в горизонтальную цель на расстоянии 2,5 м. Восприятие величины		
		3.	Подвижная игра «Большая и маленькая корзина». Величина. Спортивный досуг «Ворота отвори, едет с поля урожай» Игры – соревнования. Элементы ритмической гимнастики	
	II. «Страна в которой я живу»	1. «Мы едем, едем, в далекие края» Упражнять в пролезании с преодолением препятствий (3 обруча)	Дидактическая игра «На оборот». Активизировать мышление, формировать элементарные математические представления: высоко-низко, далеко-близко	
		2. «Москва, звонят колокола» Упражнять в ходьбе по возвышенности, с преодолением препятствий, сохраняя равновесие.		

		3. «Хакасия – край мой, родные просторы» Ознакомление с хакасскими народными играми, развитие физических качеств, скорость, сила, гибкость	Рассматривание альбома «Хакасский быт»	
	III. «День пожилого человека»	1. «Бабушки – старушки, ушки – на макушке» Упражнять в ходьбе по скамейке на носках, с предметом в руках. Воспитывать нравственные качества: доброту, отзывчивость, терпение.	Труд. «Моем чисто, чисто, чисто». Протереть спортивное оборудование»	Информационная листовка «Не навреди»
		2. «Маленькие помощники» Упражнять в перебрасывании мяча друг другу, сидя «по-турецки». Уборка спортивного инвентаря		
		3. «Разгулялся день осенний» Формировать навык прыжков через препятствие (бревно) на двух ногах, опираясь на бревно руками		
	IV. «Моя малая Родина»	1. «Городок наш небольшой» Закреплять навыки прыжков в длину с места, ориентировка в окружающем пространстве (влево-вправо, вверх – вниз)	Игра малой подвижности «Назови свой домашний адрес». Развивать память. Идентифицировать себя по месту жительства	Влияние негативной оценки деятельности ребенка на его личность
		2. «Улица широкая» Упражнять в прыжках на правой и левой ноге с продвижением вперед, через линию. Расстояние 30 см. Развивать координацию движений.		
		3. «Забавные игры сегодня ждут нас » Способствовать развитию у детей быстроты реакции, совершенствовать освоенные навыки.		
Ноябрь	I. «День матери»	1. «Доброе сердце» Упражнять в лазании и ползании «крабики», выработать у детей правильную осанку.	Разучивание игр. Сохранение правильной осанки. 1. «Стань ведущим», 2. «Самый красивый», 3. «Наша команда»	Информационный листок «О правильной осанке»
		2.	Развлечение: «Хотим быть	

			стройными». Выполнение упражнений и движений по рисунку или картинке, закрепление правильной осанки	
		3. «Комнатные цветы» Корректировать эмоциональное поведение детей с помощью цветов. Формировать пластику движений на эмоциональном фоне восприятий и ощущений красоты слова, обращенного к цветку.	Разучивание упражнений по укреплению мышечного корсета	
	II. «Мир игры»	1. «Спорт для дошколят» Ознакомление с элементами футбола	Рассматривание альбома «Летние виды спорта»	
		2. «Эстафета – это круто» Вовлечь детей в игровые упражнения с мячом		
		3.	Развлечение. «Забавные игры сегодня ждут нас». Совершенствовать освоенные навыки, регулируя напряжение внимания и мышечной деятельности, в зависимости от складывающейся игровой ситуации.	
	III. «Птицы»	1. «Великолепная цапля» Развивать координацию движения, укреплять мышцы ног, брюшного пресса		



		2. «Снова птицы в стаи собираются » Упражнять в беге вверх-вниз по наклонной доске. Край доски поднять на высоту 30 см.		
		3. «Провожаем птиц в полет» Развитие скоростных качеств. Бег до ориентира 50 м.		
	IV. «Мой мир»	1. Добрые и вежливые слова Ознакомление с комплексом методов по снятию психоэмоционального напряжения корригирующей гимнастики и точечного массажа		
		2. «Конек - горбунок» Ознакомить с повадками животных, вырабатывать умение и навыки использования качеств животных в работе, в играх, в развлечениях		
		3. «Мы спортсмены» Расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни.		
Декабрь	I. «Начало зимы»	1. «Ледяные дорожки» Упражнять в ходьбе по скамейке, одновременным подбрасыванием мяча вверх, сохраняя равновесие. Беседа о пользе дыхательной гимнастики	Рассматривание альбома «Зимние виды спорта»	Групповая консультация «Закаливание в зимнее время»
		2. «Ура! У нас хоккей» Ознакомление с элементами игры хоккея с шайбой		
		3. «В городке веселых затей» Формировать навык ориентировки на местности с помощью опознавательных знаков. Создавать условия для проявления ловкости и выносливости	Рисование своих опознавательных знаков	
	II. «Зимние забавы»	1. «Давайте придумывать» Упражнять в лазании по гимнастической скамейке на четвереньках, толкая мяч головой. Следить за опрятностью своей физической формой	Дидактическая игра: «Кому, что нужно». Ознакомление со снаряжением для спортсменов зимних видов спорта	
2. «Санки, санки, быстрые санки» Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками				

			<p>Развлечение: «Зимушка - зима, спортивная пришла». Развивать способность сохранять устойчивое положение тела, в неблагоприятных условиях (скользкие дорожки, лед). Катание друг друга на санках</p>	
III. «Новогоднее чудо»	1. «Волшебные гости» Совершенствовать умения и навыки лазания и перелазания на гимнастической стенке. Правила хорошего тона		<p>Изготовление «снежков» для метания из бумаги, природного материала. Обустройство тира</p>	
	2. «Снежок – мой дружок» Упражнять в метании в цель снежки			
			<p>Развлечение: «Как на горке, на горе». Вызвать хорошее настроение, воспитывать взаимовыручку, развивать умение устойчиво держаться на неровной поверхности, подниматься на горку и спускаться с нее. Формировать</p>	

			навыки безопасного поведения	
	IV. «К нам приходит Новый год»	1. «Петрушка готовится к Новому году» Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, с приседаниями и хлопками. Беседа о пользе босохождения.	Разучивание оздоровительно – развивающих игр по профилактике плоскостопия. 1. «Быстрый мяч». 2. «Пишем ногами»	
		2. «Новогодние игрушки» Корректирующая гимнастика Формировать умение правильно подбирать атрибуты для подвижных игр. Снять психоэмоциональное напряжение.	Разучивание комплекса с элементами дыхательной гимнастики и точечного массажа «Лепим Буратино»	
			Развлечение: «Хоровод под Новый год». Развивать силовую выносливость, используя различные сказочные ситуации в двигательной активности. Ходить и бегать крадучись, ориентируясь в пространстве	

Январь	I. «Рождественское чудо»	1.	Развлечение. «Аттракционы» Формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отчета. Выполнять движения отвечающие характеру музыки	Агитационный листок «Десять заповедей здорового ребенка»
		2. «Поговорим о лыжах» Закреплять игровые движения на лыжах, формировать навыки безопасного поведения при ходьбе на лыжах	Сбор снега в коробки и его утрамбовка для дальнейшего строительства снежных фигур	
		3. «Снежные строители» Вырабатывать у детей умение самостоятельно создавать условия для совместных занятий. Воспитывать волю, настойчивость в решении творческих и двигательных задач.		
	II. «Я и мои друзья»	1. «Хорошее настроение» Снимать психологическую заторможенность, используя музыкально-двигательные задания. Движения в заданном направлении: вперед – назад; вверх – вниз.		
		2. «Правильная осанка» Ознакамливать детей со специальными упражнениями по формированию навыка правильной осанки.		
		3. «Мы с другом вдвоем, замечательно живем» Формировать умение выполнять физические упражнения в парах. Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр		
	III. «Мир вокруг нас»	1. «Стульчик - тренажер» Ознакомление с комплексом корригирующей гимнастики, используя стульчики		

		2. «В мебельном магазине» Игры превращения, с элементами акробатики		
		3. «Встреча с вьюгой» Развивать положительное отношение к любым погодным условиям, упражнять в прыжках в глубину с высоты 40 см. в обозначенное место		
Февраль	I. «Профессии родителей»	1. «На приеме у доктора Яздорового» Активизировать интерес к познанию самого себя, своего тела, своих возможностей.	Рассматривание, беседа по содержанию атласа «Я и мое тело»	
		2. «Настроение бывает разным» Адаптировать ребенка к окружающему миру, закладывая основы внимательного терпимого отношения к запросам и нуждам других людей и собственное адекватное поведение.	Рассматривание альбома «Я и мои эмоции». Рисование «Какое у меня сейчас настроение»	
		3. «Дорожка здоровья» Формировать потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Зимние виды спорта		
	II. «Мир технических чудес»	1. «Помощник - телефон» Упражнять в прыжках с сжатыми между коленями мячом		
		2. «Красный, желтый, зеленый» Закреплять знания о правилах дорожного движения. Дидактическая игра «Светофор»	Катание на самокатах	
		3. «Олимпиада в один день» Знакомить детей с олимпийским движением, воспитывать интерес к зимним видам спорта		
	III. «Зима»	1. «Наступили холода, в баскетбол играть пора» Ознакамливать детей с элементами игры «баскетбол». Формировать навыки безопасного перебрасывания, различными способами		День открытых занятий
2. «Собачка» Закреплять элементы игры в баскетбол, упражнять в				

		бросании мяча в корзину двумя руками от груди		
		3. «Ледяные дорожки» Упражнять детей в скольжении по ледяным дорожкам, с разбега ,приседая и вставая во время скольжения		
	IV. «Защитники Отечества»	1. «Еще не все метели улетели» Формировать навыки безопасного поведения при прыжках через скакалку. Движения в заданном направлении по сигналу: вперед-назад, вверх-вниз.	Дидактическая игра «Назови вид войск». Закреплять рода войск: сухопутные, воздушные, морские.	
		2. «По-пластунски» Формировать навык ползания различными способами.	Упражнения «Фитбол – это здорово!» Развивать ловкость, умение на них быстро передвигаться, сохраняя равновесие.	
		3.	Спортивный праздник. «Наша армия сильна, охраняет Мир она!» Вносить элементы игры КВН	Привлекать пап к участию в спортивном празднике
	I. «Мамин день»	1. «Грациозная походка» Ходьба по возвышенности с мешочком на голове		
		2. «Спортивный танец» Создавать условия для ознакомления с элементами ритмической гимнастики, с использованием скакалок, обручей, мяча	Прослушать музыкально-ритмические композиции 1.«Белые кораблики» В. Шаинского	

			<p>2. «Волшебный цветок» Ю. Чичкова</p> <p>3. «Калинка» русская народная мелодия. Выбрать понравившуюся музыку для ритмической гимнастики</p>	
		3.	<p>Развлечение: «Подарки»</p> <p>Создавать условия для проявления творчества детей при выполнении движений, изображая разные предметы, животных</p>	
Март	II. «Весна»	1. «Попробуем поймать солнечный зайчик» Формировать навык сохранения равновесия на ограниченной поверхности. Ходьба по канату, боком, приставным шагом с мешочком на голове.	Игры с зеркалом	
		2. «Заглянула к нам в гости скакалка» Развивать умственные способности при решении двигательных задач, используя различные нетрадиционные варианты применения скакалки	Собрать на участке большие прутки и сделать из них небольшие венички.	
		3. «Спешит на улицу детвора» Продолжать формировать умение быстро ориентироваться в условиях игровых действий, с применением нетрадиционных предметов (природного материала)		
	III. «Книжника неделя»	1. «Веселые картинки» Упражнять в метании в цель правой и левой рукой.	Чтение отрывка из стихотворения Н. А.	

		Создать педагогические ситуации, при которых дети смогут проявить свои нравственные качества (доброта, отзывчивость, терпимость)	Некрасова «Дедушка Мазай и зайцы»	
		2. «Цветик - семицветик » Формировать навык правильного выполнения прыжка в высоту с разбега		
		3. «Дедушка Мазай и зайцы» Бег на длинные дистанции		
	IV. «Красота в искусстве и в жизни»	1. «Что нам скакалочки нарисовали?» Упражнять в прыжках через короткую скакалку		
		2. «Нужный платочек» Формировать у детей навык соблюдения правил безопасного спрыгивания с высоты в определенное место		
		3. «Солнечный денек» Закреплять технику прыжков в длину с разбега		
	V. «Здоровье в наших руках»	1. «Добрые и вежливые слова» Ознакомление с комплексом упражнений по снятию психоэмоционального напряжения, коррегирующая гимнастика и точечный массаж.		
		2. «Потягушки» Ознакомление с комплексом остеопатической гимнастики.		
		3. Мы спортсмены» Расширять представление о важных компонентах ЗОЖ.		
Апрель	I. «Юмор в нашей жизни»	1. «Мой дружок» Упражнять в ходьбе парами по двум параллельно поставленным скамейкам, взявшись за руки. Проявлять симпатии друг к другу	Ознакомление с небылицами. 1. «Ехала деревня мимо мужика» 2. «Поздняя весна сейчас». Вызывать хорошее настроение, развивать логическое	Информационный листок «Как избежать переутомления Вашего ребенка»
		2. «Кривое зеркало» Упражнять в пролезании в обручи различной величины		
		3. «Заморочки из бочки» Упражнять в перебрасывании мяча из левой руки в правую с отскоком от пола		



			мышление	
II. «Тайны третьей планеты»	1. «Космические тренировки» Упражнять в прыжках на батуте			
	2. «Проверь скафандр» Ознакомление с одеждой космонавтов, летчиков, спортсменов			
			Развлечение: «На ракете в космос». Аттракционы на спортивной площадке с использованием рукохода, гимнастической стенки	
III. «Скворцы прилетели, на крыльях весну принесли»	1. «Воробьи - прыгуны» Скипинг. Прыжки через длинную скакалку Вырабатывать выносливость, умения согласовывать свои движения, движения партнеров по скипингу		Дидактическая игра «Зимующие перелетные птицы»	
	2. «Ласковый ветерок» Формировать навык прокатывания обруча друг другу			
	3. «На зеленой травке, на солнечной полянке» Создавать условия для возникновения интереса к элементам игры «футбол»		Накачать футбольный мяч	
IV. «Морские обитатели»	1. «На корабле» Упражнять в ходьбе и ползании по скамейке спиной вперед		Моделирование «Морское судно». Ознакомить со строением корабля	
	2. «Ребята-дельфинята». Упражнять в ползании по «тоннелю»		Дидактическая игра: «Плавает, ползает, летает».	
	3. «Море волнуется» (Обитатели морей и океанов) Создание условий формирования у детей навыка		Классификация обитателей нашей	

		физических упражнений в различных условиях проявления волевых качеств, находчивости	планеты по способу передвижения	
Май	I. «Наш Пушкин»	1. «Златая цепь» Упражнять в ходьбе по шнуру приставным шагом с усложнениями (мешочек с песком на голове, с мячом на голове)	Чтение отрывка из поэмы «Руслан и Людмила А.С. Пушкин»	
		2. «Золотая рыбка» Упражнять в метании набивного мяча вдаль	Викторина «Знаешь ли ты сказки А.С. Пушкина»	
		3. «Семь богатырей» Совершенствовать навыки ходьбы по гимнастической скамейке, ударяя мячом о пол и ловя его руками. Развитие координации движений		
	II. «День Победы»	1. «И наступил месяц май» Выполнение гимнастических построений и перестроений, упражнения с флажками. Предупреждение переутомления детей (по Я.С. Вайнбауму)	Дидактическая игра «Как мы растем?». Наблюдение за своим физическим ростом, за ростом своих сверстников, растений. Делая простейшие умозаключения»	Выступление на родительском собрании азбука «АУ». Листовка «Азбука АУ» Операция «Свисток» (О мерах безопасности ребенка в природе)
		2. «Это он – бадминтон» Выполнять упражнения для игры бадминтон. Согласовывать свои действия с действиями других детей.		
		3. «За бумажным змеем» Развитие выносливости во время бега на скорость		
	III. «Огород на окне»	1. «Как рассада подрастала?» Упражнять в отбивании мяча, проходя между предметами, поставленными в одну линию	Расчерчивание различных видов классиков мелом на асфальте	
		2. «Вырастили мы немножко на окошке горошка» Формировать навык прыжков через бруски, увеличивая высоту		
		3. «Классики» Развивать прыжковую выносливость, интерес к самостоятельным занятиям малыми группами детей.		
IV. «ПДД»	1. «Наступает летняя пора, нам с тобой туристом	Рассматривание		

	становиться пора» Приобщать к здоровому образу жизни	запрещающих и разрешающих знаков поведения в природе. Разучивание стихов о походах, туристах.	
	2 «Азбука «АУ» Закреплять знания детей о туризме, первой медицинской помощи, правилах поведения в лесу, на водоеме.	Дидактическое упражнение. «Ау» Знакомить с правилами поведения заблудившегося человека в лесу	
	3.	Спортивный праздник «Спорт это здоровье, сила, смех»	Участие членов семьи детей в спортивном празднике

## Комплексно-тематическое планирование в подготовительной к школе группе

Месяц	Тема недели	Занятия	Совместная деятельность	Работа с родителями
1	2	3	4	5
Сентябрь	I. «Летние дни рождения».	1. «Кто родился в июне, июле, августе –ведущими вставай!» Упражнять детей в построениях, в расчете на первый, второй. Перестроение в колонну	Дидактическая игра «Когда это бывает». Закрепление последовательности летних месяцев	
		2. «Туда-сюда». Челночный бег Закреплять технику челночного бега	Подвижная игра «Беговая дорожка» Счет в пределах 10.	
			Развлечение: «Именинный каравай» Создавать условия для возникновения у детей эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности	
	II. «Обустроим нашу группу»	1. «Живой уголок» Упражнять в пролезании в обруч, разноименными способами, под шнур. Расширять знания детей о животных, которые могут существовать рядом с человеком, приносить им радость	Разучить логарифмическое упражнение «Дружная семейка»	
2. «В магазине игрушек» Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове, сохраняя равновесие				

		3. «Осенние букеты» Упражнять в прыжках с поворотом кругом, доставая до предметов. Развивать ловкость, грациозность при выполнении движений	Обсудить пользу соблюдения режима дня. Сбор опавших листьев и веточек, разнообразных цветов и форм. Составление из них букетов	
	III «Впечатления о лете»	1. «Поиграем в волейбол!» Упражнять в перебрасывании мяча через сетку. Элементы игры «волейбол»	Дидактическое упражнение «Прохладная вода». Обсуждение пользы мытья рук прохладной водой, после окончания физических упражнений и игр	
		2. «В зоопарке» Упражнять в метании в вертикальную, горизонтальную цель. Закреплять знания об обитателях зоопарка		
		3. «Туристический поход» Совершенствовать навыки ходьбы и бега, ползания, прыжков. Воспитывать чувство товарищества, уверенности в себе	Дидактическая игра: 1. «Назови правила поведения в лесу» 2. «Собери костер» Дидактическое упражнение «Собери рюкзак к походу». Разгадывание ребуса «Мы туристы»	
	IV. «Я и мои друзья»	1. «Вдвоем» Формировать навык выполнения общеразвивающих упражнений в парах, согласовывая свои движения с напарником	Беседа: «Берегу себя, берегу тебя» Формировать навыки безопасного поведения при	Анкетирование по физическому воспитанию детей и приобщение к здоровому жизни

			выполнении физических упражнений	
		2. «Кто дальше?». Прыжки с места в длину (100 см). Совершенствовать технику выполнения прыжка	Игра – забава «Веселые переодевания». Вспомнить любимых сказочных персонажей	
		3. «Как прекрасен этот мир, посмотри» Упражнять в лазании по гимнастической стенке с изменением темпа		
Октябрь	V. «Осеннее настроение»	1. «Уж небо осенью дышало» Закреплять навык спрыгивания с высоты на мягкое покрытие в определенное место	Чтение стихотворения А.С. Пушкин «Уж небо осенью дышало»	
		2. «Божья коровка готовится к зимовке» Упражнять в ползании на четвереньках, подлезание под дугу, прямо и боком	Смотр – конкурс «Наша спортивная форма»	
		3. «Рядом с ветром» Бег 30 м. на скорость	Дидактическое упражнение «Промерим шагами дистанцию». Развивать элементарные математические представления	
	I. «Уборка урожая»	1. «На огороде » Формировать навык метания в цель способом снизу правой и левой рукой на расстояние 5 метров. Ориентировка в окружающем пространстве	Труд. Промыть часто употребляемый спортивный инвентарь (мячи, скамейки)	
		2. «Сбор яблок» Упражнять в бросках мяча двумя руками от груди, передача его друг другу из-за головы		
		3.	Развлечение: «Ворота отворяй,	

			едет с поля урожай» Игры – соревнования. Расширять знания о зависимости здоровья от правильного питания	
	II. «Страна в которой мы живем и другие страны»	1. «Широка страна моя родная» Упражнять в пролезании через 3 обруча прямо, боком	Игра малой подвижности «Наоборот» Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве	Памятка для родителей «Не навреди» Распространение негативной оценки деятельности ребенка на его личность
		2. «Калинка» ритмическая гимнастика Способствовать снятию психоэмоционального напряжения с помощью движений под русскую народную мелодию.	Беседа о пользе дыхательных упражнений. Дыхательные упражнения «Вырастим большими»	
		3. «Путешествие в Арктику» Вовлекать детей в игры превращения, знакомить с природой и животным миром Крайнего Севера	Подвижная игра «Зебры, львы, слоны»	
	III. «День пожилого человека»	1. «Сеял дедушка горох» Упражнять в прыжках вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие (до 40 см.). Соблюдать заданный темп в ходьбе, беге, прыжках.	Спортивная игра «Городки» Ознакомление с элементами игры	
		2. «Мы с бабушкой моей большие друзья» Упражнять в перебрасывании мяча друг другу, на ходу.	Беседа с детьми об опрятности	

		3. «Наши палочки, выручалочки» Упражнять в ползании по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на весу. Ориентировка в пространстве: влево, вправо	физкультурной формы, прически. Уборка спортивного инвентаря и оборудования	
	IV. «Моя малая Родина»	1. «Городок - уголек» Упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая головой набивные мячи	Чтение стихотворения «М. Першина «О Черногорске – славном шахтерском»	
		2. «Вот эта улица, вот этот дом» Упражнять в беге по наклонной доске, закреплять пространственные отношения: вправо-влево, вверх-вниз.	Игра малой подвижности «Назови свой домашний адрес». Развивать память. Идентифицировать себя по месту жительства	
		3.	Развлечение: «Мы в Хакасии с тобой замечательно живем». Вовлекать детей в хакасские народные игры, знакомить с культурой хакасского народа	
Ноябрь	I. «Мир вокруг нас» (обитатели морей)	1. «На морской рыбалке». Формировать умение сгруппировываться для пробегания через крутящийся обруч.		
		2. «Медуза». Игровой стрейчинг.		
		3. «Дельфинята-акробаты». Упражнять в пробегании под под вращающейся скакалкой.		



II. «Мир игры»	1. «Играем в баскетбол» Закрепление игровых элементов игры баскетбол. Ведение мяча рукой	Подвижная игра «Собачка». Развитие ловкости	Информационный листок «Контроль за осанкой»
	2. Сюжетно-ролевая игра «В цирке» Формировать навык ролевого поведения при проведении игры, умение подбирать атрибуты к игре	Заучивание логарифмических упражнений «Циркачи».	
	3. «Игра драматизация «Явления природы» Развивать творческие способности детей, формировать развитие первичных естественно – научных представлений	Игра малой подвижности «Когда это бывает». Уточнить части суток	
III. «Осенние дни рождения»	1. «Кто родился осенью, загадку загадай» Совершенствование навыков лазания по гимнастической стенке разноименными способами	Ознакомление с игровыми упражнениями по профилактике плоскостопия. «Великолепный маляр», «Гусеница», «Подними платочек»	Реальная опасность - сколиоз
	2. «Магазин подарков» Ознакомление с комплексом корригирующей гимнастики на фитболах	Игры с сохранением правильной осанки. «Самый красивый», «Кто ловчее»	
	3. «Дорожные правила» Закреплять навыки ползания, перешагивания, прыжков, укреплять мышечный корсет	Тест по Я.С. Вайнбауму	
IV. «День матери»	1. «Солнышко лучистое» Ознакомление с комплексом упражнений по снятию психоэмоционального напряжения.	Самомассаж ног мячами, «ёжиками»	
	2. «Тонкая рябинка» Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности	Дидактическая игра «Когда это бывает».	

		приставным шагом, удерживая предмет на голове. Формировать правильную осанку	Закреплять последовательность осенних месяцев	
		3. «Дорожка здоровья» Предупреждать переутомление у детей, развивать силовые качества, ловкость, гибкость.	Подвижная игра «Светофор»	
Декабрь	I. «Мой мир»	1. «Акробаты» Выполнение упоров, седов, перекатов Развивать гибкость, координацию движений, умение управлять своим телом	Литературная викторина «Моя любимая сказка». Развивать память, мышление	Листовка «Как избежать переутомления Вашего ребенка»
		2. «В королевстве кривых зеркал» Упражнять в ползании по гимнастической скамейке спиной вперед		
		Развлечение: «Веселые упражнения». Выполнение упражнений на основе загадок (явления природы), развивать логическое мышление, творческие способности детей, предупреждать переутомление		
	II. «Начало зимы»	1. «Снег – снежок, белая метелица» Упражнять навык подбрасывания мяча вверх и его ловля после хлопка.	Разучивание логарифмического упражнения «Снег – снежок»	
		2. «Зимняя прогулка»	Обсудить с детьми	

		Упражнять в прыжках на двух ногах, через шнур (две ноги по бокам – одна нога в середине)	виды дыхательных упражнений и технику их выполнений	
		3. «Два мороза» Упражнять в ходьбе с перешагиванием через несколько предметов различной высоты	Оздоровительно-развивающие игры по профилактике плоскостопия 1. «Пишем ногами» 2. «Передай мяч»	Листовка «Профилактика плоскостопия»
III. «Зимние забавы»		1. «Спасем трех поросят» Развивать меткость, ловкость	Чтение сказки С. Михалкова «Три поросенка»	
		2. «Санки с горки летят» Упражнять в ползании по наклонной доске вверх, вниз на коленях животом, на спине. Формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отчета	Рассматривание и составление карт-схем. Определение условных знаков	
			Развлечение: «В городке веселых затей». Вызвать хорошее настроение. Упражнять в ориентировке на местности с помощью схемы – карты. Формировать умение работать в команде	
IV. «К нам приходит Новый год»		1. «Кружатся снежинки в воздухе морозном» Вырабатывать навык сохранения равновесия на возвышенности. Ходьба с приседаниями с хлопками над головой	Дидактическая игра «На опушке у елки» Развитие грамматического	

			<p>строю речи. (предложно-падежные конструкции)</p>	
		<p>2. «Петрушка готовится к Новому году» Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Игры с увертыванием</p>	<p>Игра- забава «Новогодние переодевания». Воспитание наблюдательности. Вызвать веселое настроение</p>	
		<p>3. «Новогодняя мозаика» Упражнять в пробегании в катящийся обруч. Развитие воображения, фантазии</p>		
Январь	I. «Я и мои друзья»	<p>1. «Я и мое тело» Ознакомление с анатомическим строением тела.</p>	<p>Рассматривание тематического словаря С.А. Козлова «Я и мое тело»</p>	
		<p>2. «Я и мои эмоции» Укрепление психического здоровья. Формирование умений делать простейшие умозаключения</p>	<p>Рассматривание тематического словаря в картинках А.Д. Вильшанской «Я и мои чувства, настроение, эмоции»</p>	
		<p>3.</p>	<p>Развлечение: «Карнавал друзей» Привлечение детей к играм и забавам на воздухе Подвижная игра «Саный круг». Закреплять правила дорожного движения</p>	
	II. «Зимние дни	<p>1. «Кто родился в декабре, январе и феврале, вставай и в</p>	<p>Дидактическая игра</p>	

	рождения»	прыжках в высоту подарки доставай » Упражнять в прыжках в высоту с места «Достань до предмета»	«Когда это бывает». Закрепление последовательности зимних месяцев	
		2. «Затейники» Формировать навык прыжков в высоту с разбега (50 см.)	Обсудить пользу массажа и самомассажа различных частей тела. Обогащать словарный запас.	
		3. «Малые Олимпийские игры» Знакомить с Олимпийским движением. Развивать дух соперничества	Рассматривание альбома «Зимние виды спорта»	
	III. «Мир профессий»	1. «Пожарные на учениях». Сюжетно-ролевая игра Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности приставным шагом. Формировать навык подбирать предметы для сюжетно – ролевых игр	Дидактическая игра «Загадки – отгадки профессий»	
		2. «Жил – был художник один». Рисование ногами. Укрепление мышц пальцев стопы и голеностопного сустава		
		3. «Все профессии нужны, все профессии важны» Упражнять в перебрасывании мяча разными способами, обобщать знания о профессиях, воспитывать уважение и интерес к труду взрослых		День открытых занятий
Февраль	I. «Мир технических чудес»	1. «Мы построим дом» Совершенствование навыков лазания по гимнастической стенке. Закрепление знаний о строительных механизмах	Пальчиковая гимнастика «Будем строить дом» В. Степанов	
		2. «У меня зазвонил телефон» Упражнять в прыжках через бруски правым, левым боком. Развивать фонематический слух	Игра малой подвижности «Глухой телефон» Развивать слуховое внимание	

		3. «Мачт ТВ» Отбивание мяча правой и левой рукой, поочередно на месте и в движении	Гимнастика для глаз «Мышата»	
	II. «Зима»	1. «Зимующие птицы» Упражнять в ходьбе по лестнице, по наклонной доске; спускаться по лесенке сохраняя равновесие. Закреплять знания о зимующих птицах	Дидактическое упражнение «Птички-невелички». Загадки о зимующих птицах. Подвижная игра «Птицелов». Имитация птичьих голосов	
		2. «Все на лыжи!» Формировать интерес к лыжному спорту, навык пользования ими	Дидактическая игра «Что кому нужно?» Снаряжение для зимних видов спорта	
		3. «Встречная эстафета» Эстафета с использованием лыж		
	III. «Защитники Отечества»	1. «Бравые солдаты» Ползание «по-пластунски» до обозначенного места.	Ознакомление с крылатыми выражениями и пословицами о русском солдате, о Родине, об армии	
		2. «По морям по волнам» Совершенствовать навыки прыжков через скамейку с упором рук на нее		
			Развлечение. «Наша Армия родная и отважна и сильна» КВН. Воспитывать патриотов своей Родины	Привлечь к празднику мужчин – родственников детей
IV. «Культура общения»	1. «Встреча с добрым словом». Снять психологическую заторможенность используя музыкально-двигательные движения, упражнять в метании в движущую цель.			

		2. «Ты мне, я тебе». Упражнять в бросании мяча друг другу и его ловле после отскока от пола.		
		3. «Убедись сам». Привлекать детей к придумыванию подвижных игр с использованием карточек-схем. Упражнять в умении договариваться друг с другом.		
Март	I. «Красота в искусстве и жизни»	1. «В цирке» Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, с выполнением движений: поднимание прямой ноги и хлопок под ней, хлопки за спиной, перешагивание через кубики с хлопком над головой.	Игры с зеркалом «Солнечные зайчики»	
		2. «Веселые медвежата» Упражнять в ползании «по-медвежьи» по ограниченной поверхности. Формировать умение видеть удивительное и красивое в живой природе		
		3. «Красота, грация, здоровья» Обогащать знания детей о летних видах спорта, Мотивировать детей заниматься одним из летних видов спорта		
	II. «Скоро в школу»	1. «Считай по порядку» Сочетать движения с навыками порядкового счета. Воспитывать чувство ритма.	Игра малой подвижности «Быстро стали дети в круг» Подобрать слово к названному звуку	
		2. «Что я вижу» Передача мяча друг другу различными способами. Забрасывание мяча в корзину		
		3. «Чем займусь на перемене?» Упражнять в прыжках через короткую скакалку. Закреплять понятие: длинный, короткий		
III. «Книжника неделя»	1. «Волшебное дерево» Формировать силовую выносливость при отжимании лежа с опорой на гимнастическую скамейку. Узнавание букв. Составление слогов	Чтение стихотворения К. Чуковского «Как у наших у ворот Чудо – дерево растет». Ознакомление с	Консультация с родителями одаренных детей «Помогите выбрать, но не навредите» «О	

			художественной литературой	выборе спортивной секции
		2. «Откуда книга к нам пришла? » Упражнять в прыжках на одной ноге через шнур. Ознакомление с изготовлением книг	Подвижная игра «Елки-палки» Изготовление бумаги. Установление причинно – следственных связей	
		3. «Книжки - малышки» Упражнять в метании вдаль набивного мяча		
IV. «Весенние дни рождения»		1. «Кто родился весной – вставай, вставай!» Упражнять в перебрасывании мяча из левой руки в правую, с отскоком от пола	Дидактическая игра «Когда это бывает?». Закрепление последовательности весенних месяцев	
		2. «Самый длинный прыжок» Формировать у детей навык выполнения упражнений в командах. Закреплять технику выполнения прыжков с места	Подвижная игра «Внимательная обезьянка» Формировать подражательные умения	
			Развлечение: «Зов джунглей». Развивать гибкость позвоночника, координацию движений, совершенствовать навыки ползания в необычных условиях	
V. «Мы-спортсмены»		1. «Поговорим о ЗОЖ» Прививать навыки ЗОЖ.		
		2. «Любимая спортивная игра» Элементы Баскетбола.		



		Развивать интерес к командным спортивным играм		
		3. «Мяч через сетку» Элементы волейбола.		
Апрель	I. «Весна пришла»	1. «Пришел апрель, на дворе звенит капель» Упражнять в прыжках через длинную скакалку, обобщать знания детей о временах года	Игра малой подвижности «Угадай по голосу» Воспитывать доброжелательное отношение к сверстникам	
		2. «Первоцветы» Формировать навык отбивания мяча одной рукой, двигаясь между кеглями. Воспитывать любовь к природе		
		3. «Солнечные зайчики» Формировать умение перебрасывать мячи в шеренгах, соблюдая технику безопасного поведения в играх со сверстниками	Разучивание пословиц и поговорок, народных примет, с целью обогащения словарного запаса	
	II. «Тайны третьей планеты»	1. «Тренировка космонавтов» Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности спиной вперед		
		2. «Я Земля, я своих провожаю питомцев» Упражнять в прыжках на батуте, сохраняя равновесие		
			Развлечение: «Космическое путешествие». Упражнять в лазании по металлическим конструкциям (рукоход, гимнастическая стенка). Знакомить с планетами солнечной системы	
III. «Скворцы	1. «Солнышко лучистое засияло весело»	Игра малой		

	прилетели, на крыльях весну принесли»	Упражнять в прокатывании обручей друг другу, увеличивая расстояние, развитие глазомера. 2. «Водоплавающие перелетные птицы» Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Руки на поясе, переступая через предметы 3. «Умные классики» Развивать прыжковую выносливость, закреплять умение придумывать варианты игры	подвижности «Солнышко» Совершенствовать умение определять форму предметов	
	IV. «Идем в музей»	1. «Золото Побед» Упражнять во вращении обруча на талии, на руке. Развивать интерес к спорту высоких достижений 2. «Музей восковых фигур».  Формировать навык сохранения равновесия, стоя на кубе на носках, балансируя на большом набивном мяче. Статические упражнения	Дидактическая игра: «Назови вид спорта». Развивать логическое мышление, обогащать словарный запас на спортивную тематику  Развлечение: «Музей народных игрушек». Вызвать хорошее настроение, грациозно выполнять движения под народную музыку	
Май	I. «День Победы»	1. «Этот день Победы порохом пропах» Упражнять в метании мяча в цель из разных положений (стоя, на коленях, сидя). Воспитывать патриотические чувства 2. «Военная разведка» Формировать навык проползания разными способами по	Подвижная игра «Дружно, все вместе». Перебежки шеренгой, удерживая равнение  Подвижная игра «Защита крепости».	

		тоннелю		
		3. «Праздничные салюты» Использование «парашюта» в подвижных играх. Укреплять кисти рук и мышцы плечевого пояса.		Отбивание мяча руками и ногами, туловищем.
II. «Наш Пушкин»	1. «Семь богатырей» Упражнять в передаче набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе. Развитие выносливости.		Литературная викторина по сказкам А.С. Пушкина «Сказка о старике, старухе и золотой рыбке», «Сказка о Золотом петушке», поэма «Руслан и Людмила». Развивать память, знакомить с творчеством писателя.	
	2. «Тот самый кот ученый» Упражнять из положения на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета			
	3. «Золотая рыбка» Совершенствовать навыки ходьбы по гимнастической скамейке, ударяя мячом о пол и ловя его руками. Развитие координации движений		Викторина «Знаешь ли ты сказки А.С. Пушкина»	
III. «Права детей в России»			Физкультурный досуг «Я и моя семья»: Аттракционы. Побуждать детей к участию в соревнованиях в ловкости, быстроте, сноровке, смекалке, проявляя при этом нравственные	Листовка «Азбука «АУ» Операция свисток» (О мерах безопасности ребенка в природе)

			качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)	
		2. «Фитбол – это здоровье » Способствовать оздоровлению организма с помощью фитбол - гимнастики	Игры с песком на воздухе. Подвижные игры «Классики», «Бадминтон». Укрепление сердечно – сосудистой и дыхательной системы	
		3 «Что такое радость?» Способствовать укреплению и поддержанию психического здоровья детей с помощью релаксационных упражнений – глубокое мышечное расслабление. Пропаганда здорового образа жизни		
IV. «До свиданья детский сад»		1. «Моя любимая подвижная игра» Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры		Привлечь к участию членов семьи детей
		2 «Прощальный кросс» Бег на длинную дистанцию со средней скоростью. Закреплять умение соблюдать заданный в беге темп		
		3.	«Спортивный праздник» «Спорт - это здоровье, сила, красота, смех» Создавать радостное настроение и возможности совершенствовать двигательные умения в непринужденной обстановке	

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Удав мягкий (150 см)	2 шт
Погремушки	25 шт
Корзина мягкая	3 шт
Корзина для инвентаря пластмассовая	2 шт
Свисток	1 шт
Палки гимнастические	35 шт
Скакалки	25 шт
Кегли	5 наборов
Обруч пластмассовый детский - большой диаметр - 90	8 шт
- средний диаметр - 50	7 шт
Дуга для подлезания высотой 45 см	2 шт
Кубики пластмассовые	60 шт
Ленточки цветные	20шт
Флажки цветные	30 шт
Флажки праздничные	25 шт
Бубен	3 шт
Ребристая доска 150x20	1 шт
Лыжи детские пластмассовые	4 пары
Батут D- 95	1шт
Баскетбольная стойка с кольцом	1 шт
Мячи среднего D	30 шт
Мячи среднего D	30 шт
Мячи малого D	20 шт
Футбольный мяч	1 шт
Баскетбольный мяч	1 шт
Волейбольный мяч	1 шт
«Тоннель»	1 шт
Тренажер для метания	1 шт
Тренажер по профилактике сколиоза	1 шт
«Парашют Здоровья»	1 шт
Платочки разноцветные	60 шт
«Султанчики»	50 шт
Мешочки с песком	25 шт
Фитбол	6 шт
Коврики	10 шт
Доска навесная	2 шт
Скамейки	3 шт
Тренажер «Радуга»	1 шт
Канат	2 шт
Самокат	2 шт
Хоккейные клюшки	4 шт
Сетка волейбольная	1 шт
Кубы деревянные (разных размеров)	5 шт

Бадминтон	3 комплекта
Игра «Городки»	2 комплекта
Гимнастическая стенка	1 шт
<b>Спортивное оборудование на участке детского сада</b>	
Бум	2 шт
Гимнастическая стенка	1 шт
Прыжковая яма	1 шт
Баскетбольное кольцо	2 шт
Волейбольная площадка	
«Рукоход»	
Дуги для подлезания	7 шт

#### **Технические средства обучения**

Музыкальный центр	1 шт
Аудиозаписи	Имеются и обновляются

### **3.2 ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

1. Глазырина Л.Д. «Физическая культура дошкольникам»: Программа и программные требования. - М. Гуманитарный центр ВЛАДОС, 1999
2. Глазырина Л.Д. «Физическая культура дошкольникам. Средний возраст»: Пособие
3. Глазырина Л.Д. «Физическая культура дошкольникам. Младший возраст»: Пособие
4. «Детство» Образовательная программа дошкольного образования/Под. ред. Бабаевой Т.И., Гогоберидзе А.Г., Солнцевой О.В. - С Пб.: «Детство - Пресс», 2014
5. Кареева Т.Г. «Формирование здорового образа жизни дошкольников» - Волгоград: «Учитель» 2011
6. Мартынова Е.А., Давыдова Н.А., Кислюк Н.Р. «Физическое развитие»: Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство». - Волгоград: Учитель, 2015
7. Нищева Н.В. «Подвижные дидактические игры на прогулке» - С Пб.: «Детство - Пресс» 2010
8. Подольская Е.И. «Необычные физкультурные занятия для дошкольников» - Волгоград: «Учитель» - 2010
9. Филиппова С.О «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» - С Пб. «Детство - Пресс» 2011
10. Харченко Т.Е. «Организация двигательной деятельности детей в детском саду» - Волгоград: «Учитель» 2010