

Р а с с м о т р е н о : Приложение № _ _ _ к
на заседании методического МБДОУ в ДТ «Чебура ка
Протокол от «_26_» _08_ г 2018 Волгодонска 08
№ _ _ от «_31_» _

**Образовательная рабочая программа
по физической культуре
на 2018-2019 уч. год**

Инструктор по физ. культуре

г. Волгодонск

Содержание

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка;

- Цели и задачи образовательной программы;

- Принципы и подходы к образованию и развитию ребенка;

- Возрастные и индивидуальные особенности детей;

1.2. Планируемые результаты освоения Программы.

II. Содержательный раздел

2.1. Учебный план реализации программы

2.2. Планирование образовательной и воспитательной работы с детьми

2.3. Планирование взаимодействия с семьями воспитанников

2.4. Направления, выбранные участниками образовательных программ и / или созданные на базе образовательных программ

2.5. Особенности организации образовательного процесса (климатические, демографические, культурные и др.).

III. Организационный раздел

3.1. Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию программы

3.2. Режим работы учреждения

3.3. Организация работы с родителями

3.4. Традиционные события, праздники, мероприятия

I. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с положениями Основных положений программы дошкольного образования МБДОУ ДС (ООП ДО), разработанной на основе Федерального стандарта дошкольного образования (Приказ от 17 октября 2013 года), Примерной основной образовательной программы (одобрена решением Комитета по образованию, протокол от 20 февраля 2014 года) и комплексной программы «Детство» под редакцией Солнцевой, различных парциальных программ каждой возрастной группы.

Структура и содержание рабочей программы разработаны с учетом требований ФГОС дошкольного образования и нормативных актов:

- Устава муниципального бюджетного дошкольного детского сада «Чебурашка» г. Волгодонска;
- Правил внутреннего распорядка для воспитанников и представителей) муниципального бюджетного учреждения детского сада «Чебурашка» г. Волгодонска;
- Положения МБДОУ ДС «Чебурашка» г. Волгодонска об индивидуальном развитии детей;
- Положения МБДОУ ДС «Чебурашка» г. Волгодонска о воспитанниках.

Рабочая программа состоит из трех разделов:

- целевой раздел;
- содержательный раздел;
- организационный раздел.

Целевой раздел включает подразделы:

- пояснительную записку;
- цели и задачи реализации Программы;
- принципы и подходы в организации образовательного процесса;
- возрастные и индивидуальные особенности детей;
- планируемые результаты освоения Программы.

В разделе «Планируемые результаты освоения Программы» по образовательным областям кратко фиксируются:

- планируемые результаты развития ребенка (Что нас радует) - то, что вызывает озабоченность и требует внимания родителей

Содержательный раздел включает следующие подразделы:

- учебный план реализации ООП ДО
- планирование образовательной деятельности детей с использованием «Физическое развитие»
- планирование взаимодействия с родителями и другими участниками образовательного процесса;
- особенности организации образовательного процесса

Организационный раздел включает в себя следующие подразделы:

- перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности в группе;
- распорядок и режим дня воспитанников;
- организация развивающей среды группы;
- традиционные события, праздники, мероприятия

Цель программы – мышленноценное физическое, личностно ребенка дошкольника, его физических способностей физической деятельности.

Основными задачами детского сада по физическому воспитанию дошкольников являются:

1. Охрана и укрепление здоровья детей
2. Формирование жизненно необходимых двигательных соответствий с его индивидуальными особенностями
3. Создание условий для реализации двигательных функций
4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни
5. Обеспечение физического и психического благополучия

Для решения задач физического воспитания используются педагогические средства: физкультурные развлечения, спортивные праздники.

Успешное решение поставленных задач возможно при использовании всех средств физического воспитания: гимнастика и движение (гимнастики, развивающие физкультурные занятия).

Кроме того задачи, направленные на формирование индивидуальности, в других видах деятельности (динамические игры, малоподвижные игры и др.).

В группах созданы уголки физической культуры и спорта, в том числе и для детей с ограниченными возможностями. В спортивный зал для занятий. Всё это увеличивает эффективность занятий, позволяет осуществлять основные движения в помещении.

Цель Педагогической деятельности по физическому воспитанию дошкольников – формирование у детей, увеличение двигательного статуса, расширение интеллектуальной и морально-этической (духовной) основы.

Цель Педагогической деятельности в группе раннего развития –

воспитание подрастающего поколения в духе основных жизненных ценностей других народов, духовного единства между людьми разных убеждений.

Группа раннего развития №13

Задачи воспитательной деятельности:

1. Развивать у детей потребность в двигательной физическим упражнениям.

2. Формировать навыки действий в соответствии с указаниями воспитателя или в соответствии с его указаниями.

3. Целенаправленно развивать у детей сфинктеры, быстроту реакции на сигналы и действие в координации, общей выносливости, силы, гибкости.

Младшая группа №5

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать у детей и подростков активные физические упражнения.

2. Целенаправленно развивать у детей быстроту реакции на сигналы и действия в игровых ситуациях, общей выносливости, силы, гибкости.

3. Развивать у детей умение согласовывать начинать и заканчивать упражнения одновременно самостоятельно выполнять простейшие упражнения, соответствующие с указаниями воспитателя.

Средняя группа №3, №1 1

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения уверенно и активно общеразвивающих упражнений и контролировать подвижные игры и упражнения, ориентироваться образец для самостоятельного выполнения и замечать их ошибки.

2. Целенаправленно развивать как качество выносливость, силу, гибкость.

3. Формировать у детей потребность в выполнении элементарных образцов образа жизни.

4. Развивать умения самостоятельно и промывать рук; самостоятельно следить за своим временем еды; самостоятельно одевать (в соответствии с личным пользованием).

Старшая группа №9, №1 2

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения осознанного, активного выполнения всех видов упражнений (основных и спортивных упражнений).

2. Развивать умение анализировать (континент и движения товарищей).

3. Формировать первоначальные представления в упражнениях.

4. Развивать творческие способности двигательной

5. Воспитывать у детей стремление к самостоятельным подвижным играм и упражнениям со сверстниками.

6. Развивать у детей физические качества выносливость, быстроту ориентации, силу движений, силу.

7. Формировать представления о здоровом и укрепляющем здоровье, о мерах профилактики.

8. Формировать осознанную потребность в физическом совершенствовании, развивать у здорового образа жизни, здоровьесберегающее

9. Развивать самостоятельность и навыки и привычки здорового образа жизни.

10. Развивать умения элементарно описывать внимание взрослого в случае недомогания.

Подготовительная работа №8, у п №1 а0

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умение ориентироваться в пространстве, осуществлять самоконтроль, самонаблюдение, помогать другим детям, выполнять элементарное планирование.
2. Развивать и закреплять двигательные навыки в играх и спортивных упражнениях.
3. Закреплять умение самостоятельно выполнять упражнения со сверстниками и малышами.
4. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выполнения движений.
5. Развивать физические качества (силу, выносливость, ловкость, быстроту и гибкость).
6. Формировать осознанную потребность в физическом совершенствовании.
7. Формировать интерес к некоторым видам спортивной физической культуре и спорту.
8. Воспитывать ценностное отношение к своему здоровью, развивать мотивацию к бережному отношению к своему здоровью.
9. Развивать любознательность в отношении к окружающему миру, обогащать представления о гигиенической культуре.

Задачи педагогической технологии «История формирования здорового образа жизни»

- оздоровит (ключевые компоненты) активное участие в физическом развитии ребенка, профилактика заболеваний, предупреждение и преодоление различных заболеваний детей;
- воспитательные: воспитание личностных качеств;
- развивающие: развитие двигательных качеств;
- обучающие: содействие естественному формированию организации условий для их совершенствования.

Задачи педагогической технологии «История мира друзей/ми Э» Алиева, О. Р. Радионова:

- развитие навыков выстраивания диалога, проявления искренней дружбы, согласия, взаимопомощи.

Принципы и подходы в организации образовательной деятельности

Для реализации основной программы в соответствии с указанным Стандартом разработан на основе Конституции Российской Федерации и с учетом Конвенции о правах ребенка следующие основные принципы:

- 1) Поддержка семьи и детства; сохранения уникальности детства как важного этапа в общем развитии ребенка (рассмотрение) детства как периода жизни без всяких условий, значимой для ребенка и семьи, что этот период есть подготовка к следующему этапу жизни.

- 2) Лично-сравнительный и гуманистический характер родителей (законных представителей), педагогов (организации) и детей;
- 3) Уважение личности ребёнка;
- 4) Реализация Программы в формах, специфичных для каждой группы, прежде всего в форме игры, практической деятельности в творческой форме и художественное развитие ребёнка.

Принципы педагогической деятельности в системе дошкольного воспитания

1. Количественный принцип группы до подгрупп постепенно увеличиваться по мере освоения материала.
2. Качественный принцип количества осваиваемого материала ступенчато должна возрастать и усложняться.
3. Принцип повторности.
4. Возрастной – принцип, в котором более младшим детям доминирующими для них в занятии будут лежащие на оборот, чем старше дети, тем более предпочтительны вертикальные положения.
5. Календарный принцип, в котором приоритетность основных направлений деятельности зависит от времени года, календарного периода, к которому относится деятельность.

Приемы педагогической деятельности в системе дошкольного воспитания

организационной деятельности. Важнейшим условием успешного освоения материала является использование сказочных историй и творческих заданий. В основе педагогической деятельности, направленной на развитие личности ребёнка, лежит использование сказочных историй и творческих заданий. В основе педагогической деятельности, направленной на развитие личности ребёнка, лежит использование сказочных историй и творческих заданий.

Возрастные особенности детей от 2 до 7 лет.

У ребёнка с 2 до 7 лет жизни под воздействием совершенствования психической и физической организации организма происходит развитие психической и физической организации организма. В этот период происходит развитие психической и физической организации организма. В этот период происходит развитие психической и физической организации организма.

За первый год жизни ребёнка увеличивается площадь поверхности тела по сравнению с массой при рождении. В течение первого года жизни ребёнка увеличивается площадь поверхности тела по сравнению с массой при рождении.

Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные. В этот период происходит развитие психической и физической организации организма. В этот период происходит развитие психической и физической организации организма.

Особенности развития органов и систем организма в этот период. В этот период происходит развитие психической и физической организации организма. В этот период происходит развитие психической и физической организации организма.

позвоночника играет жизненно важную роль осанки техники движений, состояние внутренних систем организма. Разный изгиб позвоночника предохраняет от физических упражнений.

В дошкольном детстве происходит формирование осанки в первый год жизни и интенсивно продолжается с освоением ходьбы. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь. В младшем возрасте сгибательные мышцы больше развиты, поэтому часто его движения и осанка бывают неуклюжими, голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам мускулатура нижних конечностей становится более совершенной, что способствует увеличению выносливости мышц. Увеличивается также сила мышц. С 4 лет появляются мальчиков и девочек. Значительная роль принадлежит мышцам. Она увеличивается с возрастом. Значительная роль принадлежит статическому состоянию мышц называется мышечным тонусом. В дошкольном возрасте имеет большое значение мышечный тонус туловища создает естественную осанку. У ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это способствует функционированию центральной нервной системы и выполнению физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечаются изменения физиологических систем организма. Организм дошкольника развивается быстро прибавляет в росте и весе, совершенствуются их функции. Происходит совершенствование нервной деятельности. По своим характеристикам мышечная ткань ребенка в этот период свидетельствует о готовности к более сложной нагрузке.

После пяти лет ребенок в общении и других видах совместной деятельности должен быть организован, планирование, разделение и координацию функций. Это способствует общему развитию ребенка.

Проявление психического развития:

- хочет заниматься интересными делами,
- стремится к контактам, проявляет доброжелательность к сверстникам, адекватность в поведении,
- стремится к освоению нового (информации, предметов).

Развитие двигательной системы. В дошкольном возрасте мускулатура продолжает развиваться, а психическое развитие идет далеко до завершения. Значительное количество хрящевой ткани, которую легко растянуть. В процессе формирования позвоночника скелет становится более прочным. Суставы укрепляются сухожилиями, фасциями и связками. Так, брюшной пресс способен выдерживать значительные нагрузки.

Уровень развития двигательного аппарата позволяет ребенку выполнять различные двигательные акты. Это дает им возможность, кроме естественных движений, активно участвовать в повседневной двигательной активности.

двигательных действий. Качественно это проявляется не только в заключении определенной моторной программы. Старшие дошкольники отличаются высокой достаточным запасом двигательных умений и требующие скорости и гибкости и выносливость развиты основные двигательные качества (лос качества):

- сохраняет статическое равновесие (прыжки на 150 см примыкает к ступням ног);

- подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от прыгает в длину с места, приземляясь на

- бегает свободно, быстро и с удовольствием, обегает встречающиеся препятствия;

- бросает теннисный мяч или любой маленький рукой - 8 м без броска;

- хорошо владеет своим телом, сохраняет равновесие.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общей подвижности, уравновешенности, устойчивости здоровья: снижается частота заболеваний, они без осложнений.

Однако дети все еще быстро устают, и это является торможением.

Поэтому одним из направлений физического воспитания детей старшего дошкольного

возрастных особенностей, познание особенностей развития, формирование функций позволяют

необходимости создания для ребенка возможности освоения основы физической культуры. Важную роль в воспитании и обучении.

Особое значение имеет воспитание здорового ребенка при физической культуре детей в ходе непосредственной физической культуре.

Причем, в каждом возрастном периоде непосредственно имеют разную направленность:

- Маленьким детям нужны доставлять удовольствие в пространстве, правильно работать с мячом, бегом, прыжками, страховки

- В среднем - развивать физические качества (прыжки, бег, метание, лазанье);

- В старших - формировать потребность в движении, способности и самостоятельность и т.д.

Поэтому мы стараемся использовать разнообразные непосредственно образовательной деятельности

- Непосредственно образовательная деятельность
- Непосредственно образовательная деятельность в играх большой и средней интенсивности.
- Ритмическая гимнастика.
- Соревнования, где дети в ходе различных победителей.
- Сюжетно-ролевая непосредственно образовательная деятельность
- Различные виды непосредственно образовательной деятельности (юбразование, физкультурные комплексы, туризм)

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Ранний возраст

- Ребенок физически развитый, овладевший основными крупными и мелкими навыками.
- У ребенка сформированы основные навыки двигательной активности.
- Самостоятельно выполняет доступные возрасту задания.
- Соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Младший дошкольный возраст

- Ребенок с желанием двигается, достигает многообразных результатов.
- При выполнении упражнений демонстрирует возрастными возможностями координацию движений, реагирует на сигналы, переключается с одного вида деятельности на другой.
- Уверенно выполняет задания, действует в соответствии с правилами, находит свое место при совместных построениях.
- Проявляет инициативность, с большим интересом участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, ведет себя дружелюбно в игре.
- С удовольствием принимает участие в самостоятельной деятельности и результату.
- С интересом слушает стихи и потешки о животных.

Средний дошкольный возраст

- В двигательной деятельности хорошо ориентируется, проявляет быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Уверенно и активно выполняет основные упражнения общеразвивающих, спортивных упражнений, с удовольствием выполняет крупную и мелкую моторику.
- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, различным физкультурным пособиям, находит свое место в игре, соблюдает правила, результат, потребность в двигательной активности.
- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Ребенок проявляет элементарное творчество, видоизменяет физические упражнения, создает образы персонажей в подвижных играх.
- С интересом стремится узнать о факторах здоровья, с удовольствием слушает рассказы и сказки, рассуждать на эту тему, задает вопросы, делится своим мнением.
- Может элементарно охарактеризовать поведение взрослого в случае недомогания.
- Стремится к самостоятельному осуществлению правил организации.
- Умеет в угрожающих здоровью ситуациях.

Старший дошкольный возраст (5 лет)

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных общеразвивающих, спортивных упражнений).
- В двигательной деятельности ребенок быстро, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выраженной физической совершенствовании.
- Ребенок проявляет стойкий интерес к упражнениям, избирательность и инициативу.
- Имеет представления о некоторых видах спорта.
- Уверенно, точно, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить знакомых упражнений.
- Проявляет необходимый самоконтроль самостоятельно привлечь внимание окружающих к игре.
- Мотивирован на соблюдение и укрепление правил.
- Умеет практически решать некоторые задачи безопасного поведения.
- Готов оказать элементарную помощь пострадавшему, обработать ее, обратиться к взрослому.

Старший дошкольный возраст (6 лет)

- Двигательный опыт ребенка богат; разнообразно с достаточной амплитудой и темпом (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности ребенок ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Осознает зависимость между качеством выполнения и результатом.
- Проявляет элементы творческой деятельности самостоятельно составляет простые варианты игр, через движения передает своеобразие, стремится к неповторимости (индивидуальности).
- Проявляет постоянно самоконтроль и результат, к самостоятельному удовлетворению за счет имеющегося двигательного опыта.
- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.
- Имеет представления о том, что такое здоровье, укрепить и сохранить его.
- Владеет здоровьесберегающими умениями, может определять состояние своего здоровья.
- Может оказать элементарную помощь пострадавшему, приложить холод к ушибу.

Планируемые результаты освоения образовательной программы «Жизнь в мире» с/о б.э. и ф. и. Адриугевиам, и ?О». Р. Радионов

- обладает способностью положительного отношения к людям и самому себе;
- активно взаимодействует со сверстниками и
- способен договариваться, учитывать интересы других и радоваться успехам других;
- адекватно проявляет свои чувства, в том числе конфликты;
- обладает чувством собственного достоинства

II. Содержательный раздел

2.1 Учебный план

Модель организации физического воспитания обучающихся в г. Волгодонск 2021 уч. 2020

Образовательное направление	Образовательные компоненты	Ранняя младшая	Младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
		нед / мес	нед / мес	нед / мес	нед / мес	нед / мес
Физическое развитие	1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия режимных моментов					
	Утренняя гимнастика	---	Ежедневно 5 мин	Ежедневно 6 мин	Ежедневно 8 мин	Ежедневно 10 мин
	Физкультурные минутки	Ежедневно по мере необходимости				
	Игры физическая гимнастика прогулки	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 15 мин	Ежедневно 20 мин	Ежедневно 30 мин
	Закаливающие процедуры 1) Дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна				
	Спортивные упражнения	---	1 раз нед. 15 мин	1 раз нед. мин.	2 раз по 25	2 раз по 30
	2. Физкультурные занятия					
	Физкультурные занятия в спортивном зале	2 раза нед. 10 мин	3 раза нед. 15 мин	3 раза нед. мин.	2 раза по 25	2 раза по 30
Физкультурные занятия	---	---	---	1 раз по 25	1 раз по 30	

День Защитника «Защитник»	22.02.2021 г .	26.02.2021 г .
Женский День «Светлый»	01.03.2021 г .	05.03.2021 г .
День Победы «Победный»	04.05.2021 г .	07.05.2021 г .
Выпуск в школу	17.05.2021 г .	21.05.2021 г .

Ранний возраст

Содержание образовательной деятельности Двигательная деятельность

Порядковые упражнения: за воспитателем заданы упражнения, держась за руки; между стульчиками (с обручи); дружба (одна рука на плече); направление движения к месту назначения; место кружиться в кругу (флажки и др.).

Основные движения: прямая и листовая доска; на гимнастической скамейке (приподнятой одной ногой); гимнастической скамейке (линии, паши, см). по извилистой линии; гимнастической скамейке; из обруча в обруч, кружением на месте.

Бег: переход от ходьбы к бегу; воспитателем, в индивидуальном; в указанном направлении; (ширина 40 см) и точкой (обручем, погребушка).

Прыжки: на двух ногах (веревка на скамейке); в длину с места на двух ногах (как можно далеко); в высоту (с прыжка) с высоты 1 м.

Ползание: четвереньками (на гимнастической скамейке); между линиями (двух); на гимнастической скамейке; на гимнастической скамейке; лапаты (гимнастической скамейке) переменным шагом.

Катание: бросать мячи воспитателю; двумя руками бросать мелкие предметы (маленькие шарики, шарики) в даль; ловля: катать мяч с сиденья (расстояние 5 м); бросать мяч через сетку на уровне глаз (1,5 м); бросать мяч (или на уровне ребенка) горизонтальную (1,5 м) двумя руками, правой и левой рукой; ловить

Младший дошкольный возраст

Содержание образовательной деятельности Двигательная деятельность

Порядковые упражнения Построения и построения: в полукруг, в колонну по одному, по два (по месту в пространстве). Повороты на месте

Общеразвивающие Упражнения Упражнения с одновременными и однонаправленным сохранением правильного положения тела, с положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение

Основные движения. Разные способы ходьбы на месте с высоким подниманием бедра, с заданием ногами, согласовывая движения рук и ног. Шагами, на препятствиях, заведущим по ориентирам «змейкой», с остановками, с приседанием, с шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой шагов. Прыжки. В прыжке с места, в глубину (спрыгивая двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги вперед, из круга в круг, вокруг предметов и

Катание, бросание Катание мяча, лопатки, лопатки кистями рук, не прижимая его к груди; бросание горизонтальную и вертикальную цели.

Лазание Лазание по лестнице и вертикальной лестнице перелезание и пролезание

Музыкально-ритмические упражнения.

Спортивные упражнения Упражнения на трехколесном велосипеде и повороты на месте на лыжах; скольжение по

Подвижные игры

Становление у детей ценностей здорового образа жизни элементарными правилами

Элементарные умения и навыки навыки личной гигиены, купание, навыки еды, уборки помещения и укрепления и сохранению здоровья; элементарные угрожающих здоровью. Основные профилактические процедуры.

Средний дошкольный возраст

Содержание образовательной деятельности Двигательная деятельность

Порядковые упражнения Построения в колонну по одному, в колонну по два, самостоятельное построение в звенья на хороводном переступании направо, налево и кругом

Общеразвивающие упражнения Упражнения с четким сохранением темпа (медленном, среднем, быстром), разными предметами с одновременными и поочередными

вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая повороты.

Основные упражнения явления о зависимости упражнения от правильного выполнения галквинвынхо гэ толчка и выноса мах-эвноейр гниогню; гов тюрнжжаа хи ма вверх; в метании с исходно-гчс е рте оду ооже нюя я зи подьемнаас тгическую стенку одноименным спос

Подводящие упражнения сохранением правил темпа (быстрого, умеренного, медленного). При приземлении и сохранением орнанвен опвое сидно мВуид соразмеряя свои движения с движениями парт сменной ведущего и темпа, между линиями, с разных исходных позиций (стоя, е-0 ом, 3 н 2 прав а) е медленном темпе (до 2 мин-0, м-е р в з а р) е д н е й л н с к ч (5 Ч 3 = 15), ведение колонны.

Бросание, ловля мячей на расстоянии 1, 5 не менее 5 раз подряд. Пиря в пирлиь нмьет аинсхио дные

Ползание, Плязание разными способами; по лестницы, поставленной боком; ползание с оп лестнице, скату; лазание по гимнастической пропуская реек, перелезание с одного проле пропуская реек.

Прыжки прыжки на двух ногах с поворотами в ме-н о ги в розь; с хлопками над головой, за в р н д зад, с поворотами, боком (вправо, вле высоты 25 см); прыжки ч в ф е з м д р у ж н ы ы ы д л ю с места (вспрыги-в 2 а н и с е м) н а в о з х р а т у е н и б e р а в н о в e в а ж д ы х п о л о ж e н и я х : с т o я н a o d н o й н o г e , n a

Подвижные игры: ла; функции водящего. соревнования. Подвижные игры и игровые упр моторики рук, быстро-с н л ф р e ж e ж а ц и в , с ж o ф р д и ж a ц p a в н o в e с и я .

Спортивные упражнения—с выжвхящий шаг, п месте, подьемы на гору ступающим шагом и п лыж под руко-й. о г П л у ж e а н ш e e в в o д р у e м e n n ы л o ц в ы j ж e n и г р ы в в o д e . С к o л ь ж e н и e п o л e д я н ы м д o p o ж к a м n a с a н к a х (п o д ь e м c c a н k a м и n a г o p k y , c k a k a т a н и e n a c a н k a х д р у г т d p p e y x k a o) л e k c a n c o e m i v e o л n o a c p и a п в к р y г y , « з м e й к o й » , c п o в o p o т a м и .

Ритмические движения в различных позициях (исх элементы народных танцев; разный ритм и т перестроения по музыкальному сиг в а л у т в и р и и т х a p a k т e p o м и т e m п o м м у з ы к и .

Становление у детей ценностей здорового элементарными правилами.

Представление основных правил зд овраожвноогсо их соблюдения для здоровь ч к а ч ж e , л o в p e ж и в a d я o щ и в x p e k o o п a c н ы х и б e з o п a c н ы х c и т у a ц и я х д л я з д o p o в ь y м e н и я и н a в ы к и л и ч н o й г и г и e н ы (у м ы в a н и e , п o м e щ e н и я и д p .) , c o д e й c t в y ю щ и x e p a n c e d n e y p ж a d н o i t элементарные знания о режиме дня, о ситуа алгоритмы выполнения н к у л ь к у р н a p o c e д у p .

упрощенным правилам. Бадминтон, дартс, настольный теннис, игра с воспитателем. Футбол: отбивание мяча в направлении; обведение мяча между и вокруг; передача мяча ногой; удары по мячу с помощью рук.

Спортивные упражнения — зыщий переменный лыжи, прямой на коньках, погружение в воду, скольжение на двухколесном велосипеде и самокате, роликовые коньки.

Становление элементарными правилами. Признаки здоровья, самочувствия, настроения и поведения здоровой жизни, полезные (режим дня, питание, отдых, культура и спортом) и вредные для здоровья поведения при болезни, посильная помощь при болезни. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья. Преление о собственном здоровье элементарной первой помощи при травмах, ушибах, ожогах, порезах.

Старший дошкольный возраст (6-7 лет)

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядок выполнения упражнений. Самостоятельное организованное построение и перестроение в колонну, в шеренгу, в круг.

Общеразвивающие упражнения. Шесть основных традиционных общеразвивающих упражнений, разнонаправленными, поочередно. Упражнения в парах и подгруппах. Точное, выразительное, с должным напряжением. Упражнения с музыкальной фразой или указанием. Упражнения с разными предметами, тренажерами.

Основные движения. Требования к элементам техники бега, прыжков, лазанья по скамейке; работа рук; работа ног в полете, устойчивое положение; энергичный толчок кистью, уверенные разбеги; устойчивость при подъеме и спуске. Прыжки.

Ходьба. Основные виды и способы: обычная, гусиный шаг, выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами.

Упражнения в равновесии. динамического равновесия: во время ходьбы по гимнастической скамейке; неся мешочек с песком на спине; прыжки вперед, в сторону скамейки; поднимая прыжки. Ходьба по гимнастической скамейке, предметом поворотами кругом, перепрыгиванием ленточки скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, прыгать, продвигаясь вперед. Упражнения: стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая набивным мячом (вес 3 кг). Круговые вращения туловища.

Бег. Сохранение скорости и заданного темпа при препятствиях — бег с препятствиями вперед, со скакалкой, бег по бревну, из разных стартовых положений.

животе, сидя спиной к направлению движения подлезанием; с преодолением препятствий в наименьшем числе шагов. Бег — в такт и в ритме с ходьбой. Препересеченной местности до 300 м. Выполнять быстро темпом с перерывами. Бег — 30 мин. пере

Прыжки ритмично выполнять прыжки, мягко приравновесие после приземления. Подпрыгивание кругом; смещая — вправо; вправо прыжки — 30 с. Прыжки продвигаясь — вправо прыжки вправо или влево, в сапог мешочком с песком, — на беговых лыжах (вверх с продвижением вперед). Выпрыгивание вверх месте и с разбега с целью достигать тридцати высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки разбега (не 80 м); 170 высоту с разбега (не короткую скакалку разными способами прыжки без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. под вращающейся скакалкой, перепрыгивание вращающуюся скакалку, перепрыгивание через скакалку парами. Прыжки через большой обруч.

Метание передавать, подбрасывать способами. Метание в даль и в цель (горизонтальными способами) точное поражение

Лазание. Энергичное лазание на скамейке разживоте и на спине, подтягиваясь руками и опод гимнастической скамейкой, под несколькими ритмичное наклонной и вертикальной лестниц «в три прыжка» **Организовать знакомые и сверстники** игры

Спортивные игры. Город полуконна и мячи шерошавые качества бит. Баскетбаскетбольное кольцо, вести и передавать мяч свои действия в соответствии с правилами. Головы. Футбол: с особенностями мяча и различных видов. Настольный теннис, бадминтон: правильно подпербрасывать его в сторону партнера без себя его после отскока от стола. Хоккей: с особенностями подготовки к школе группе особое задание упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю сменой темпа движений, максимальной скорости торможения, запаздывательного торможения.

Спортивные упражнения на лыжах: скольжение двухшаговый ход на лыжах с палками, подъем стойке. Катание на коньках «стойка» «крюк» «крюк» движения, скольжение и повороты.

Катание на самокате: отталкивание одной груды и на спине, погружение в воду. Катание «змейкой», уметь кататься на санках. Скольжение после разбега стоя и присев, на одной ноге,

Становление элементарными правилами.

Некоторые упражнения с силовыми упражнениями для здоровья, значение закаливания, занятий спортом для здоровья. Связь между соблюдением норм здо

поведения и физически выносливее, чем в среднем. Их успешность в деятельности. Некоторые спонтанные самочувствия, необходимость внимания и забота о семье, чуткости по отношению к Гвоздям организации деятельности (необходимость до правильной позы, чистоты материалов и инстру

Физическая культура по своему интегрирует как, лью коммуникативное развитие, познавательное художественное развитие, физическое ра

Социально коммуникативно развивает игровую опыт взрослого с ребенком ждасю скверами и творчеству в подвижных играх. Развивать ум поставленный вопрос и выражение своих эмоций. Развивать коммуникативные способности и умение понятно объяснить правила игры, при выполнении задания, решить конфликт чер

Познавательное обогащать знания о двигательных. Развивать зрительные и своих физических рост, движение. Формировать представление привычках укрепляющих здоровье, о мерах про

Речевое развивать активный словарь физкультурного строения, виды движений и упражнений); культуру речи в подвижных и мало подвижных и

Художественное образное музыкальный ре песни и артистические упражнения в соответствии с сопровождения.

См. приложение ДЕН

2.3 Планирование взаимодействия с семьей воспитания. Одними из приоритетных программ совместное с родителями воспитание и образовательный процесс ДОО. При этом руководителем определяет, как поддерживать с родителями дел процесс совместного воспитания дошкольников.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников

1. Познакомить родителей с особенностями личностного, познавательного и художественного возраста и адаптации их к условиям ДОО.

2. Помочь родителям в сенсорного опыта любознательности, накоплении первых представлений о социальном мире.

3. Развивать у родителей интерес к своему дому, познакомить их со способами развития ребенка в домашней и игровой деятельности.

Формы работы с родителями

- Анкетирование родителей
- Консультации
- Приобщение родителей к совместной деятельности в клубе, фраздывающей
- Проведение спортивных мероприятий с участием родителей
- создание памяток, рекомендаций.

2.5 Особенности организации образовательного процесса (климатические, демографические, этнокультурные)

Природное, культурно-экологическое образование определяет отбор содержания с учетом которого позволяет ребенку адаптироваться к жизни в родной земле, развивать любовь к родной земле, использовать природные богатства, формировать у дошкольников ориентацию в окружающем мире, творческого потенциала, толерантности в социальном взаимодействии. В ходе ознакомления с семьями воспитанников в основном преобладают русскоязычные семьи.

III. Организация работы в образовательной области "Физическая культура"

3.1 Программно-методический комплекс образовательной области "Физическая культура"

Основные методические пособия	Дополнительные методические пособия	Наглядно-дидактические пособия
1. Примерная образовательная программа дошкольного детства: / Т. И. Бабкина, И. П. Бондарева, И. В. Давыдова, И. В. Казакова, И. В. Козлова, И. В. Кривошварова, И. В. Мухоморова, И. В. Панина, И. В. Рогова, И. В. Сидорова, И. В. Тихонова, И. В. Удальцова, И. В. Фролова, И. В. Хохлова, И. В. Яковлева. М.: МБДОУ "Центр развития ребенка – детский сад № 111 "Солнышко", 2014.	1. «Образование в области физической культуры». Т. Грядков. М.: Детство-Пресс, 2013.	Серия «Работа по картинкам» «Имние виды спорта» «Живые виды спорта» «Распорядок дня» «Обучающие карты» «Виды спорта».
2. Пензулаев А. Ф. Игры и занятия с детьми 4-5 лет. М.: ИИИ, 2013.	2. «Образование в области физической культуры». Т. Грядков. М.: Детство-Пресс, 2013.	
3. Пензулаев А. Ф. Игры и занятия с детьми 3-4 лет. М.: ИИИ, 2013.	3. «Игры и занятия детей на воле». Осокина, Е. А. Тимофеева, Л.	

4. Пензулаева Физкультурные занятия в дошкольных учреждениях.	Фурмина. Москва «Просвещение», 1984. «Сборник игр» Э.Я. Станиславский. Издательство «Мозаика-Технология». Москва. 2019
5. Пензулаева Л. И. Гимнастика для детей 3-7 лет. МОИИКЭ Москва 2017	
6. Э. Ф. Алиева, О. А. Алиева «Истории из жизни детей в мире с собой» НАЦИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ Москва 2015	
7. Ефименко Н. Н. Физическое воспитание дошкольника. Двигательная деятельность 6-7 лет. Москва ДРОФА 2014	
8. Ефименко Н. Н. Физическое воспитание дошкольника. Методические рекомендации. Москва ДРОФА 2014	
9. С. Я. Лаврова «Физическая культура для малышей» «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1984	

3.2 Расписание физкультурных занятий в группе 2020

День недели	Младшая группа №3	Младшая группа №4	Младшая группа №5	Средняя группа №1	Средняя группа №3	Средняя группа №11	Старшая группа №7	Старшая группа №9	Старшая группа №12	Подготовительная группа №6	Подготовительная группа №8	Подготовительная группа №10
Понедельник	8.40-8.50		9.05-9.20			9.40-10.00	10.10-10.35	10.50-11.15	10.15-10.35	16.00-16.30	15.15-15.45	
Вторник		9.00-9.15		9.40-10.00	10.15-10.35						16.00-16.30	16.00-16.30
Среда	8.40-8.50		9.05-9.20			9.35-9.55	10.05-10.30	11.30-11.55	10.15-10.35	12.10-12.40		15.15-16.45
Четверг		9.00-9.15		9.40-10.00	10.15-10.35					16.00-16.30		15.15-15.45
Пятница		9.00-9.15	9.35-9.50	10.05-10.25	10.40-11.00	11.15-11.35	15.15-15.45	16.00-16.30	11.50-12.10			

3.3 Организация развивающей предметно-образовательной среды

Примерный набор оборудования для физкультурного зала

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Количество на группу
Для ходьбы, балансировки, равновесия	Балансир		2
	Бревно гимнастическое напольное	Длина 240 см Ширина поверхности 10 см	2
	Доска гладкая	Длина 250 см Высота 3 см	2
	Доска гимнастическая	Длина 150 см Высота 3 см	1
	Дорожка балансирующая (лестница вентилируемая напольная)	Длина 23 см Диаметр реек 5 см	1
	Дорожка	Длина 200 см Ширина 10 см	2
	Коврик массажный	75 х 70 см	3
	Куб гимнастический	Ребро 20 см	5
	Модуль гимнастический (комплект из 8 сегментов)		1
	Скамейка гимнастическая	Длина 300 см Ширина 10 см Высота 25 см	3
	Ходунок		7
Для прыжков	Батут детский	Диаметр 200 см	1
	Гимнастический обруч, паркетный, подставка, зонт		2
	Конус с отверстием		10
	Мат гимнастическая	Длина 200 см Высота 7 см	2
	Скакунка коровья	Длина 150 см	20
Для катания, бросания, метания	Кегли (набор)		2
	Кольцеброс (набор)		3
	Мешочек с грузом	Масса 200 г	5
	Мишень навесная	Длина 60 см Ширина 1,5 см	2
	Мяч средний	10-12 см	15
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 0,5 кг	по 2
	Мяч для мини-баскетбола	18-20 см	3
	Мяч для массажа	Диаметр 6 см, 10 см	по 1

	Сетка овальной мячом		2
	Баскетбольные кольца		4
Для ползания лазанья	Дуга большая	Высота 50 см,	2
	Дуга малая	Высота 40 см, Ширина 30 см	2
	Канат гладкий	270-300 см	1
	Лестница деревянная с цепями	Длина 240 см, Ширина 25 см, Расст. между перекладинами 25 см	1
	Лестница веревочная	Длина 300 см, Ширина 25 см, Диаметр перекладин 25 мм	1
	Стенка гимнастическая деревянная	Высота 270 см, Пролет 75, 80 см	4
Для общеразвивающих упражнений	Гантели		30
	Лента короткая	Длина 605 см	30
	Мячи массажные		15
	Мяч малый	6-8 см	17
	Мяч средний	12 см	17
	Мяч большой	25 см	17
	Обруч малый	Диаметр 60 см	10
	Палка гимнастическая	Длина 807 см	20
	Тренажеры		6

**3.4 Традиционные события, праздники, мероприятия
Циклограмма традиционных событий, праз**

Сентяб	1	31-4	Диагностическая неделя День знаний	----- д	----- д	----- д	----- д
	2	7-11	Диагностическая неделя Акция «Внимание, дети!»	----- б	----- б	----- б	----- б
	3	14-18	История карапушек Ознакомление с Донским			б	б
	4	21-25	День дошкольного ра	б	б	б	б
Октяб	1/5	28-2	День пожилых людей	б	д	б	б
	2	5-9	Неделя экологического бережного отношения к	б	б	б	б
	3	12-16	История карапушек Ознакомление с Донским	б	б		б
	4	19-23	Я и мои друзья (этног Ознакомление с Донским	б	б		б
	5	26-30	Проект «Ос-вн-гос-ме-ш-р Проект «Мы разные, мы	пр	пр		пр
Ноябр	1	2-6	Осенний декадник по дорога»	б	б	б	б
	2	9-13	История карапушек Ознакомление с Донским	б	б		б
	3	16-20	Правовое просвещение	б	б	к / ч	к / ч
	4	23-27	День матери	б	б	д	б
Декаб	5/1	30-4	День инвалидов День неизвестного сол	б	б	б	б
	2	7-11	День героев Отечества	б	б	б	б
	3	14-18	История карапушек Акция «Нашим друзьям другу!»	б	б	б	б
	4	21-25	Проект «К нам приходи	пр	пр	пр	пр
	5	28-31	Ознакомление с Донским	б	б	б	б
Январ	3	11-15	Прощание с Дедом Мороз	б	б	б	б
	4	18-22	История карапушек Ознакомление с Донским	б	б		б
	5	25-29	Зимний декадник по ПДД уважение на дорогах	б	б	к / ч	к / ч
Февра	1	1-5	История карапушек Акция «Доброе сердце»	б	б	б	б
	2	8-12	День Российской науки	б	б	б	б
	3	15-19	Ознакомление с Донским	б	б	б	б
	4	22-26	Проект «Защитники Отечес	б	б	пр	пр

Ма р т	1	1-5	Проект «Светящийся кристалл»	д	д	д	д
	2	9-12	Масленица	д	д	д	д
	3	15-19	Весенний декадник по	б	б	б	б
	4	22-26	История карапушек Ознакомление с Донскими	б	б	к / ч	к / ч
А п р е л	5/1	29-2	День смеха	д	д	д	д
	2	5-9	День здоровья	ф / м	ф / м	ф / м	ф / м
	3	12-16	День авиации и космонавтики День защиты от ЧС	б	б	б	б
	4	19-23	День Земли. Охрана водных ресурсов	б	б	д	д
	5	26-30	История карапушек Ознакомление с Донскими	б	б	+ к / ч	+ к / ч
Ма й	1	4-7	Проект «Победный май»	б	б	п р	п р
	2	11-14	День семьи История карапушек	б	-----	д б	д б
	3	17-21	Диагностическая неделя Выпуск детей в школу	----- ---	----- ---	----- п р	----- п р
	4	24-28	Диагностическая неделя Акция «Внимание, дети!»	--- б	--- б	--- б	--- б
И ю н ь	5/1	31-4	День защиты детей	д	д	д	д
	2	7-11	День России	б	б	б	б
	3	14-18	ПДД Добрая дорога детей	д	д	д	д
	4	21-25	Эколямогалодые защитники	б	б	б	д
И ю л ь	5/1	28-2	Неделя экологического бережного отношения к природе	б	б	д	б
	2	5-9	День семьи, любви и верности	б	б	б	б
	3	12-16	Всероссийская «Уксусная» каникула «Каникул нет»	б	б	б	б
	4	19-23	День Военно-морского флота Великая морская держава	д	д	д	д
	5	26-30	День города	-	-	д	д
А в г у с т	1	2-6	День физкультурника	д	д	д	д
	2	9-13	ПДД «Веселый перекресток»	д	д	д	д
	3	16-20	День госнундоагрос тфвлега Р	б	б	б	б
	4	23-27	«Прощай, лето красное»	д	д	д	д

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МЕТОДИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ В №13

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
СЕНТЯБРЬ						
1, 2 НЕДЕЛЯ	МОНИТОРИНГ Акция «Внимание по ПДД»		-			
3 неделя	Занятие № 1 С. Я. Лайзоне культура для стр. 73 Учить детей на по слуг, на развивать равно-жеосдметь по ограниченной поверхности (мелкий)	Свободная ходьба воспитателем	Без препятствий	Ходьба по дорожке двумя линиями	«Беги ко мне»	Ходьба с за воспитателем

	<p>Занятие № 2 С. Я. Лайзоне купюра для ма стр. 73</p> <p>Задачи. Разв умение соблю указанное на во время ход приучать бег разных напра мешая друг д развивать вн</p>	<p>Чередовани и бега меж стульями</p>	<p>На стуле</p>	<p>Ходьба по до поолженной па куклам». (длин-ам, шири 25-20 см). Взойти на ящ с н (50X50X20 см). Ящик ставитс рассто-Ашоти 3 доски.</p>	<p>«В гости куклам».</p>	<p>Ходьба воспита вместе куклами</p>
4 неделя	<p>Занятие 3 С. Я. Лайзоне купюра для ма стр. 74</p> <p>Учить детей бегать, меня на определен развивать ум</p>	<p>Чередуодьба бег в руюсаып воспитателе</p>	<p>С погрем</p>	<p>Ползание на че предметуме(т4р ов)</p>	<p>«Догони. м</p>	<p>Ходьба « как мышк</p>

	<p>Занятие 4 С. Я. Лайзоне культура для стр. 75 Учить ходить ограниченной поверхности, под веревку предмет вдал левой рукой, умение бегат определенном направлении.</p>	<p>Чередование в рассыпную Ходьба по- между двум параллельн линиями (ш 35-30 см).</p>	<p>Без пред</p>	<p>Ползания и е четвереньках под веревку- 45 см), Бросание в да левой рукой раза).</p>	<p>«Бегиме»</p>	<p>Спокойн ходьба воспита</p>
--	---	---	-----------------	--	-----------------	---------------------------------------

Неделя	Задачи	Вводная ч	Основная часть			Заключит
			Общеразв щие упражне (ОРУ)	Основные дв	Подвижные (ПИ)	ая час
ОКТАБРЬ						

1 неделя	<p>Занятие 5 С. Я. Лайзоне культура для стр. 77 Учить детей гимнастическ развивать чу равновесия, совершенство определенном направлении, реагировать</p>	<p>Ходьба и бе (чередо)в азнаи воспитателе Останавлива разных тмх.</p>	<p>Без пре</p>	<p>Лазание по гимнастическ или башенке способами.</p>	<p>« Догони</p>	<p>Ходьба з воспитат</p>
	<p>Занятие 6 С. Я. Лайзоне культура для стр. 77 Учить детей ограниченной поверхности, катать рм жчат ходьбе, сохр равновесие, развитию уме действовать</p>	<p>Ходьба чере бегом. Останавлива сигналу</p>	<p>С плато</p>	<p>Ходьба по до Ползание на до предмета. Прокатывание</p>	<p>«Беги ко</p>	<p>Спокойна ходьба з воспитат</p>
2 неделя	<p>Занятие 7 С. Я. Лайзоне культура для стр. 7 Ознакомить д выполнением вперед на ду бросать в го цель, соверш умение реак сигнал</p>	<p>Ходьба и бе воспитателем</p>	<p>С мешоч</p>	<p>Бросание меш горизонтальн ящик или обр (расстояние) Прыгать чере двух ногах</p>	<p>«Догони м</p>	<p>Ходьба з воспитат</p>

	<p>Занятие 8 С. Я. Лайзоне культура для стр. 79 Учить детей гимнастическое бросание по двумя руками в ползании на четвереньках чувство равн совершенство передвигатьс определенном направлении</p>	<p>Ходьба и бе воспитателе остановкой</p>	<p>С к уа б м и и к</p>	<p>Ползание на между линиям Ходьба по ги скамейке. Бросание з мяч головы</p>	<p>«Догони м</p>	<p>Ходьба обычным шагом и носках</p>
<p>3 неделя</p>	<p>Занятие 9 С. Я. Лайзоне культура для стр. 80 Учить детей длинные сста, за метание на -зда головы, спос развитию чув равновесия и движения</p>	<p>Ходьба и бе воспитателе лес»</p>	<p>С шишка м</p>	<p>Бросание мя руками из голов Прыжки в дли через веревк</p>	<p>«Догоняюч</p>	<p>Ходьба з воспитат остановк сигналу</p>

	<p>Занятие 10 С. Я. Лайзоне культура для стр. 82 Учить детей парами в опр направлении, на дальность упражнять в приучать вни слушать и жд для начала д</p>	<p>Ходьба и бе погремушкам сменной темп</p>	<p>С погрем</p>	<p>Бросание мяч дальность от Прокатывание</p>	<p>«Через ру</p>	<p>Спокойна ходьба п за воспита т</p>
4 неделя	<p>Занятие 11 С. Я. Лайзоне культура для стр. 83 Учить детей наклонной до упражнять в дальность от приучать дет согласовыват движениями д действовать</p>	<p>Ходьба бег с лентами в р</p>	<p>С лентами</p>	<p>Бросание м дальность от Ходьба по доске вверх</p>	<p>«Солнышко дождик»</p>	<p>Ходьба обычным шагом и носках</p>
	<p>Занятие 12 С. Я. Лайзоне культура для стр. 83 Учить детей ловияч, му пра ходьбе по на доске, разви равновесия, воспитывать</p>	<p>Ходьба и бе сменной темп обручем в р</p>	<p>С обруче</p>	<p>Бросание и л Ходьба по доске.</p>	<p>«Солнышко дождик»</p>	<p>Спокойна ходьба п за воспи</p>

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
		2 минуты	6 минут			2 минуты
Н О Я Б Р Ь						
1 неделя	<p>Занятие 13 С. Я. Лайзоне культура алдышлей стр. 84 Упражнять детей прыжках в длину бросании мешочка дальность прыжком рукой, вперёд через препятствие закреплять умения действовать</p>	<p>Ходьба и беговые упражнения воспитатель</p>	<p>С мешочками</p>	<p>Метание на дальность правой и левой рукой Прыжки в длину на двух ногах веревку. Перешагивание препятствие (15 см)</p>	<p>«Догони мяч»</p>	<p>Ходьба с остановкой сигналу.</p>
	<p>Занятие 14 С. Я. Лайзоне культура для детей стр. 85 Учить детей круговыми движениями упражнять в четверенках перешагивание препятствие, мяча, приучать определённое направление.</p>	<p>Ходьба и беговые упражнения воспитатель Остановиться за ручку дитя кругу.</p>	<p>С мячами</p>	<p>Катание мяча Перешагивание препятствие.</p>	<p>«Догони мяч»</p>	<p>Игра «Котик тише»</p>

2 неделя	<p>Занятие 15 С. Я. Лайзоне культура для стр. 86 Учить детей разных напра наталкиваясь ходьбе наклон доске, броса дальность пр рукой, воспи умение сдерж</p>	<p>Ходьба и бе стульями</p>	<p>На стуль</p>	<p>Метание на д правой и лев Ходьба по на доске</p>	<p>«Догони м</p>	<p>Ходьба . Повторит «Ктюшет»</p>
	<p>Занятие 16 С. Я. Лайзоне культура для стр. 87 Развивать у организованн перемещаться определенном навлении, уч подлезать, по упражнять в развивать ло координацию</p>	<p>Ходьба и бе воспитателе</p>	<p>С флажка</p>	<p>Ползание на под рей-4(0сМ)в Прыжки в дли через веревк</p>	<p>«Догони м</p>	<p>Ходьба с сменной т</p>
3 неделя	<p>Занятие 17 С. Я. Лайзоне культура для стр. 88 Учить детей горизонтуюащю л прыгать в дл закреплять у по кругу, вз руки.</p>	<p>Ходьба и бе воспитателе по кругу вз руки</p>	<p>Без пред</p>	<p>Метание в горизонтальн правой левой Прыжок в дли через веревк</p>	<p>«Солышко дождик</p>	<p>Ходьба обычным шагом че с ходьбо носках</p>

	<p>Занятие 18 С. Я. Лайзоне культура для стр. 89</p> <p>Упражнять де по гимнастич скамейке, ка под дугу, за умение не те равновесие в ходьбы по ги скамейке</p>	Ходьба и бе	С платоч	Ходьба по ги скамейке. Катание мяча 3 Дуги на мр а	«Солнышко дождик»	Ходьба х воспита т
4 неделя	<p>Занятие 19 С. Я. Лайзоне Фи культура для стр. 90</p> <p>Учить детей длину с мест в ходьбе по доске вверх развивать ло глазную муск равноосия</p>	Ходьба и бе направлений	С погрем	Ходьба по на доек Прыжки в дли через 2 в-15ре 20 см)	«Воробышк автомобил	Ходьба д другом
	<p>Занятие 20 С. Я. Лайзоне культура для стр. 91</p> <p>Упражнять де прыжках в дл на двух нога на четверень подлезании, в умение слуша реагировать</p>	Ходьба и бе воспитателе	Без пред	Ползание на и подлезание Прыжки в дли через 2 в-15ре 20 см)	«Воробышк автомобил	Ходьба с сменной т

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
		2 минуты	6 минут			2 минуты
ДЕКАБРЬ						
1 неделя	<p>Занятие 21 С. Я. Лайзоне культура для малышей стр. 91 Учить детей дальность пр рукой, полза четвереньках гимнастическ развивать вн координацию</p>	Ходьба и бег другом	С малым мячом (шишками)	Метание на дальность правой и левой рукой Ползание на по гимнастич скематке	«Поезд»	Ходьба и бег другом
	<p>Занятие 22 С. Я. Лайзоне культура для малышей стр. 92 Упражнять детей по наклону вниз, учить ловить мяч, внимательным.</p>	Чередование бега	С лентами	Ходьба по наклонной доске вправо и влево Бросание и ловля	«Поезд»	Обычная чередует ходьбой носках

2 неделя	<p>Занятие 23 С. Я. Лайзона культура для стр. 94 Учить детей дальность, совершенство по гимнастич скамейке, уп ходьбе со см направления, чувство равн ориентировку пространстве</p>	<p>Ходьба и бе другом, м стульями.</p>	<p>На стуль</p>	<p>Бросание на мешочков (15 левой рукой Ходьба по ги скамейкража</p>	<p>«Самолеты»</p>	<p>Ходьба с остановк сигналу</p>
	<p>Занятие 24 С. Я. Лайзона культура для стр. 95 Учить детей гимнастическ закреплять у по гимнастич скамейке, совершенство в длину с ме чувство равн</p>	<p>Ходьба и бе обручами</p>	<p>С обруча</p>	<p>Ходьба по ги скамейкража Прыжки в дли через две - ве 20 см) Лазание по гимнастическ любым способ</p>	<p>«Самолеты»</p>	<p>Ходьба с остановк сигнал</p>

3	Занятие 25 С. Я. Лайзона культура для стр. 96 Закреплять у в юнне по од упражнять в горизонтальн совершенство в длину с ме время броска указанную це	Чередование бега в кол одному	С мешочк	Бросание меш горизонтальн правый ру обруч 10(08с0м) Прыжки в дли через веревк	« Пузырь »	Ходьба обычным шагом и носках
	Занятие 26 С. Я. Лайзоне культура для стр. 97 Учить детей длину с мест в ходьбе по доске, вращать ч равновесия, ловкость и к	Чередование бега друг з	Без пред	Ходьба по на доске в ве-р Прыжки на дв длину с-бмест	« Птички в гнездышка	Ходьба с сменной т
4	Занятие 27 С. Я. Лайзоне культура для стр. 98 Закреплять у ползать по гимнастическ бросать на д учить быстро на сигнал	Ходьба и бе колонне по	С флажко	Бросание меш дальность пра рукой Ползание на по гимнастич скамеечке 3	« Птички в гнездышка	Игра « Кт тише »
	Новогодний п					

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
Я Н В А Р Ь						
1-2						
3	Занятие 28 С. Я. Лайзоне культура для стр. 99 Учит детей к упражнять в гимнастическ приучать соб направле при мяча	Чередование бега в кол одному	С платоч	Катание мяча через дв-д 0 д у Лазание по гимнастическ 1-2 р	«Догони м	Ходьба в колонне одному
	Занятие 29 С. Я. Лайзоне культура для м стр. 100 Закреплять у бросать в го цель, учить гимнастическ развивать чу равновесия и координацию	Ходьба и бе воспитателе	С погрем	Ползание на по гимнаст скамейке Бросание меш песком в гор цель-1 0 8 0-м р 2	«Догони м	Игра «На себе пар

4 неделя	Занятие 30 С. Я. Лайзона культура для стр. 10 Учить детей бегать в кол одному, соверш прыжок в дли упражнять в горизонтальн развивать гл	Чередование бега в кол одному за воспитателе	С кубиком	Прыжки в дли на двух-б Бросание меш горизонтальн	«Воробышк автомобил	Игра «Кт тише»
	Занятие 31 С. Я. Лайзона культура для стр. 103 Упражнять де метании на д учить ходьбе наклонной до	Ходьба и бе колонне по	С лентами	Ходьба по на доске в ве Бросание меш дальность пр руко	«Птички в гнездышка	Ходьба с остановк сигналу

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
ФЕВРАЛЬ						

1 неделя	<p>Занятие 32 С. Я. Лайзоне культура для стр. 107 Учить детей друг другу, совершенство бросание на- за головы, з уменьшит робы реагировать</p>	<p>Ходьба и бе колонне по</p>	<p>С мячом</p>	<p>Бросание мяч дально-з аь го и бр Катание мяча сидя, ноги 5 рв 1, 5 м</p>	<p>« Жуки »</p>	<p>Ходьба в колонне п одному н носках и обычным шагом</p>
	<p>Занятие 33 С. Я. Лайзоне культура для стр. 108 Учить детей цель, соверш бросание на- за головы, б реагировать воспитывать внимание</p>	<p>Ходьба и бе колонне по между стуль</p>	<p>На стуль</p>	<p>Мет æ н в даль д рука м з иа иг з о 4 ф в Катание мяча рассто- 1 н б м р 0</p>	<p>« Воробышк автомобил</p>	<p>Ходьба с остановк сигналу</p>
2 неделя	<p>Занятие 34 С. Я. Лайзоне культура для стр. 109 Упражнять де по наклонной бросание в ц в длину, с ме способствова глазомера, к движения и ч равновесия</p>	<p>Ходьба и бе колонне по</p>	<p>Без пред</p>	<p>Ходьба по на доске в ве 3 р Бросание пра рукой в гори цель - 3 м) (2 Прыжки в дли стоя у 3 ф р е в</p>	<p>« Кошка и</p>	<p>Ходьба д другом</p>

	<p>Занятие 35 С. Я. Лайзона культура для стр. 110 Продолжать у ходьбе по ги скамейке, об мяч, ловкост дружно играт</p>	<p>Чередовать бег в колон одному и в</p>	С платоч	<p>Ходьба по ги скамейке дру 3 р Бросание мяч воспитателю 2-3 р</p>	«Кот и мы	<p>Ходьба н носках и обычным шагом</p>
3 неделя	<p>Занятие 36 С. Я. Лайзоне культура для стр. 111 Упражнять де ползании по гимнастическ учить подпры способствова координации развивать ум реагировать</p>	<p>Ходьба дучегре бегом</p>	С погрем	<p>Ползание на по гимнастич скамейке-й ре 2 Подпрыгнуть коснуться ша 10-12 см от под ребен2кра 1 Ходить пересту рассто-2ии 1</p>	«Догони м	
	<p>Занятие 37 С. Я. ЛФШзюнес культура для стр. 112 Упражнять де катании мяча четвереньках способствова глазомера и движения</p>	<p>Ходьба и бе кубиками в</p>	С кубика	<p>Ползание на подлезание - п 3 р Катиаен мяча др сидя на расс расставив но</p>	«Догони м	<p>Ходьба обычным шагом и носках</p>

4 неделя	Занятие 38 С. Я. Лайзоне культура для стр. 113 Учить детей гимнастически и прыгивать упражнять в в цель, спос воспитанию, в чувства равн глазомера	Чередование бега в колесе (шишка) одному	С малым	Ползание на по гимнастической скамейке и с не е3 2р Катание мяча расстоянием 1	«Поезд»	Ходьба с остановкой по сигналу
	Занятие 39 С. Я. Лайзоне культура для стр. 114 Упражнять детей по гимнастической скамейке и по длине скамьи на ногах, развивать быстро реагировать на сигнал, спос развитию равновесия и координации	Ходьба и бег	С лентой	Ходьба по гимнастической скамейке 2-3 р Прыжки в длину 4-6 р	«Поезд»	Ходьба в колонне по одному «Кто тише»

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	

						Ходьба в колонне одному
МАРТ						
1 неделя	Занятие 40 С. Я. Лайзоне культура для стр. 114 Учит детей м дальность дв иза головы и мяча в ворот сохранять на при метании	Ходьба бег чередуется	С мячом	Ходить по гй скамейке 2 Прыжки в дли 5 р	«Поезд»	Ходьба в колонне одному «тише»
	Занятие 41 С. Я. Лайзоне культура для стр. 115 Упражняет в по гимнастич скамейке, уч спрыгивать с закрепить бур на дальность учить ходить развивать чу равновесия	Ходьба и бег обручами	С обруч	Ходьба по ги скамейке 2 Бросание мяча дальность 6 р	«Кошка и	Ходьба п
2 неделя	Занятие 42 С. Я. Лайзоне культура для стр. 116 Учить детей наклонной до метании на д способствова ловкости	Ходьба и бег колонне по	С мешоч	Бросание меш дальность пр руй 43р Ходьба по на доске в ве 3 р	«Пузырь»	Ходьба в колонне одному с остановк сигнал

	<p>Занятие 43 С. Я. Лайзона культура для стр. 117 Упражнять де по гимнастич скамейке, по четверенька под веревку, становиться взявшись за способства чувства равн</p>	<p>Ходьба и бе « змейкой » ступлями</p>	<p>На сту</p>	<p>Ходьба по ск гимнасти- Ползание на до рейке под не е4р3</p>	<p>« Пузырь »</p>	<p>Ходьба ритмично хлопая в ладоши</p>
3 неделя	<p>Занятие 44 С. Я. Лайзона культура для стр. 118 Упражнять де метании на д одной рукой, прыжки в дли развивающ движений</p>	<p>Ходьба по к взявшись за Бег в рассы</p>	<p>С флажко</p>	<p>Прыжки в дли на двух-7 Ходьба по шн положенном- Метание на д правой и л е4р</p>	<p>« Солнышко тучка »</p>	<p>Ходьба обычным шагом и носках</p>
	<p>Занятие 45 С. Я. Лайзона культура для стр. 119 Учит детей б ловить мяч, у ходьбе по на и ползании н четвереньках дружно играт</p>	<p>Ходьба и бе колонне по</p>	<p>Без пред</p>	<p>Бросания мя-я 2р Ходьба по на доске с посл задание скамее- ки 2</p>	<p>« Солнышко тучка »</p>	<p>Ходьба з воспитат</p>

4 н е д е л я	<p>Занятие 46 С. Я. Лайзона культура для стр. 119 Упражнять детей прыжках в длину повторить по гимнастическим учить быстро на сигнал</p>	<p>Ходьба и бег колонне по</p>	<p>С платочком</p>	<p>Ползание по гимнастическим 2-3 р Прыжки в длину 7 р</p>	<p>«Мой сильный звонкий мяч»</p>	<p>Ходьба в колонне одному с остановкой сигналу</p>
	<p>Занятие 47 С. Я. Лайзона культура для стр. 120 Учить детей высоты, упраж метании в го цель, повтор четвереньках способств координации сохранять оп направление предметов</p>	<p>Ходьба и бег рассыпную</p>	<p>С погремушкой</p>	<p>Ходьба на че Прыжки с гим скамеечки Бросание меш горизонтальн (2-3 р)</p>	<p>«Мой веселый звонкий мяч»</p>	<p>Ходьба обычным шагом и носках</p>

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
АПРЕЛЬ						
1 неделя	Занятие 48 С. Я. Лайзона культура для стр. 121 Закреплять у ходить по ги скамейке и п учить бросат мяч, способс развитию чув равновесия и движения	Ходьба дружно другом со см направления	Без пред	Ходьба по ги скамейке, н 4 р Бросание мяч воспитателю - 3 р	«Пузырь»	Игра «Кт тише»
	Занятие 49 С. Я. Лайзона культура для стр. 122 Закреплять у прыга в длину бросать в го цель подлезан реагировать	Ходьба и бе колонне по	С платоч	Ползании на и подлезание Бросание меш правой и лев Прыжки в дли на двуххн	«Пузырь»	Ходьба с остановк сигналу

2 неделя	<p>Занятие 50 С. Я. Лайзона культура для стр. 123 Закрепляют у бросать на -зда головы, ката другу, снпютью развитию гла координации ловкости</p>	<p>Ходьба в кс одному, бег рассыпную</p>	С погрем	<p>Бросание мяч дальнозагьгилс двумя р-брами Катать мяч - д 12р</p>	«Воробышк кот»	<p>Ходьба п кругу в з за руки</p>
	<p>Занятие 51 С. Я. Лайзона культура для стр. 124 Учить бросат вперед, сове ходьбу по на дос,кеспосоbst развитию рав ловкости и с</p>	<p>Ходьба , ри ударяя куби Бег в колон одному (40с</p>	С кубик	<p>Ходьба по на доске вверх Бросание мяч вниз , черепel32р</p>	«Воробышк автомобил	<p>Ходьба в рассыпну парами</p>
3 неделя	<p>Занятие 52 С. Я. Лайзоне культура для стр. 125 Продолжатъ д бросать на д одной ир укройга длину с мест сигналу прек движение</p>	<p>Ходьба и бе колонне по</p>	С малым (шишкой)	<p>Метание в да левой вуркой Прыжки в дли на двух нога вере в-жус 28р()б</p>	«Солнышко дождик»	<p>Ходьба с остановк сигналу</p>

	<p>Занятие 53 С. Я. Лайзона культура для стр. 126 Закрепить у ходить по ги скамейке, уп прыжках с вы бросать и ло действовать по</p>	<p>Чередование бега с лент</p>	<p>С лентами</p>	<p>Ходьба по гимнастическ в конце с-ры Бросание и -л 3р</p>	<p>«Солнышко дождик»</p>	<p>Ходьба Игра «Кт тише»</p>
4 неделя	<p>Занятие 54 С. Я. Лайзона культура для стр. 127 Продолжать у ползать по гимнастическ и метать на груди, спосо развитию чув равновесия и движения</p>	<p>ходьба и бе медленном и тепме с обру руках</p>	<p>с обруче</p>	<p>Ползание на по гимнастич скамееке Бросание мяч дальность -6фт</p>	<p>«Птички в гнездышка</p>	<p>Ходьба колонне одному</p>
	<p>Занятие 55 С. Я. Лайзона культура для стр. 127 Закрепить у в горизонтал ходить по на доске, спосо чувству равн ориентировке пространстве</p>	<p>Ходьба и бе сменной на пр</p>	<p>С мешочк</p>	<p>Бросание меш горизонтальн правой и лезв Ходьба по на доске в ве-р</p>	<p>«Птички в гнездышка</p>	<p>Ходьба д другом обычным шагом и носках</p>

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
МАЙ						
1 неделя	<p>Занятие 56 С. Я. Лайзоня культура для стр. 128 Закреплять у ходить по на доске, совер прыжок в дли метание на -зда головью, бсстпвоосв воспитанию л самостоятель</p>	<p>Ходьба и бе колонне по врассыпную</p>	С мячом	<p>Бросание на - за головы об 3-4 р Ходьба по на доске в ве-р Прыжки в дли на двух-б рога</p>	«Пузырь»	Ходьба п кругу в з за руки
	<p>Занятие 57 С. Я. Лайзоня культура для стр. 129 Продолжать у бросать на д одной рукой, подлезанию п способства ловкости, ор пространств быстро реак сигнал</p>	<p>Ходьба и бе «змейкой» м стульями</p>	На стуль	<p>Бросание меш дальность пр рук 4р 3 Ползание на и подлезание</p>	«Пузырь»	Ходьба в колонне одному обычным шагом и носках

2 неделя	<p>Занятие 58 С. Я. Лайзонья культура для стр. 130 Упражнять де метании на д одной рукой, совершенство по гимнастич скамейке, во ловкость ра чувство равн глазомер</p>	<p>Ходьба и бе колонне по</p>	<p>С платоч</p>	<p>Ходьба по ги скамейке Бросание меш дальность пр руко 4р 3</p>	<p>«Солнышко дождик»</p>	<p>Ходьба с остановк сигналу</p>
	<p>Занятие 59 С. Я. Лайзонья культура для стр. 131 Продолжать у прыжкам в дл упражнять в бросать на -зда головой и кат способствова координации ориентировки пространстве</p>	<p>Ходьба и бе колонне по</p>	<p>Без предм</p>	<p>Бросание мяч дально-за двумя р- Катание -2 между детьм Прыжки в дли на двух-8 рога</p>	<p>«Солнышко дождик»</p>	<p>Ходьба в колонне одному Игра «К тише»</p>
3-4 неделя	<p>МОНИТОРИНГ Акция «Вним!а» по ПДД</p>					

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПЕРВЫХ КУРСОВ МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми младше

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
СЕНТЯБРЬ						
1 неделя	МОНИТОРИНГ День знаний		-			
2 неделя	МОНИТОРИНГ Акция «Внимание по ПДД»					
3 неделя	Развивать умение ориентироваться в пространстве при ходьбе по различным направлениям по площадке опоры, равновесии. (стр. 13 улаева) Физкультурные занятия с детьми младшей группы.	Ходьба бег небольшими прямыми шагами по прямой линии. «Пойдем в гости»	Без предметов	1. Ходьба между линиями 2.» Пройдем по	«Беги ж.о»	Ходьба по прямой линии за воспитателем

4 неделя	Развивать ориентирование в пространстве; действовать по группировать с подшнур. (стр. 25) Пензулаева Физкультурные занятия для детей 4 лет. Конспекты	Ходьба по кубикам поворотом по кругу	С кубиками	1. Ползание с ладони и колени 2. «Доползи до погремушки»	Быстро в	Игра «Наша жучка».
----------	---	--------------------------------------	------------	---	----------	--------------------

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ ГРУППЕ

«Физкультура для детей в детском саду» И. И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
ОКТАБРЬ						
1 неделя	Упражнять в равновесии на ограниченной опоре: развивать приземляться - тые ноги в прыжке (стр. 28) Пензулаева Физкультурные занятия для детей 4 лет. Конспекты	Ходьба в колонне по кругу	ОРУ без предметов	1. Равновесие на мостике. 2. Прыжки.	«Догони»	Ходьба в колонне по кругу с обручем.

2 неделя	Упражнять в прыжке приземлением полусогнутые энергичном от мяча при прокате друг другу. (стр. 29 Пелензулаева) Физкультурные занятия детей-милит. Контингент	Ходьба и бег по кругу	ОРУ Без предметов	1. Прыжки из обруча. 2. «Прокати мяч»	«Ловкий»	Игровое задание «Машины поехали в гараж».
3 неделя	Упражнять детей в беге с остановкой по сигналу; в подвижных играх. Развивать ловкость в подвижных играх. (стр. 30 Пелензулаева) Физкультурные занятия детей-милит. Контингент	Ходьба в колонне, врассыпную по сигналу по команде «Стрекоза», помахивая руками, как крыльями, переход на ходьбу. На следующем сигнале «Кузнечик» прыжки на ногах кто в	ОРУ С мячом	1. Игровое упражнение «Быстрый мяч» 2. Игровое упражнение «Пропеллер»	«Зайка умывается»	Игра «Найди зайку».
4 неделя	Упражнять детей в беге по кругу в одну сторону по сигналу воспитателя развивать координацию движений при четвереньках в равновесии. (стр. 32 Пелензулаева) Физкультурные занятия детей-милит. Контингент	Ходьба в колонне поворотом по одну сторону по воспитателю по кругу так же поворотом. бег по кругу чередование упражнений умеренным.	ОРУ со стульями	1. Ползание «Крокодилчик» 2. Равновесие «не задень»	«Кот и воробей»	Ходьба в колонне по одному з самым ловким «котом».

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми младше

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
Н О Я Б Р Ъ						
1	Упражнять детей в равновесии при ограниченной опоры и приземлении полусогнутые прыжках (стр. 33) (Физкультурные занятия)	Ходьба в колонне по одному. Воспитатель переходит к носкам, а затем к семенящим шагам поясе. По сигналу	Общеразвивающие упражнения с ленточкой	Равновесие «Тропинка». Прыжки «Вяжущие лапочки».	Подвижная игра «Ловкий заяц»	Игра «На зайчонка»
2	Упражнять в ходьбе колонной по одному в выполнении прыжков обруча учитывать приземление полусогнутые прыжках упражнять в прыжках мяча друг другу, развить координацию движений глаз (стр. 34) (Физкультурные занятия)	Ходьба в колонне по одному, рук в стороны, ходьба в чередовании	Общеразвивающие упражнения с обручем.	1. Прыжки «Черное болото». 2. Прокатывание «Точный пас»	Подвижная игра «Мыши в кладовой»	Игра «Где спрятался мышенок?»

З Н Е Д Е Л Я	Развивать умение действовать по воспитательным указаниям; координацию движений ловкость при мяча между упражнениями в ползании (см. приложение 35 Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет. Книга 1)	Ходьба по кругу по ходьбы выполняются по кругу с одной и другой стороны.	Общеразвивающие упражнения	1. Игровое задание «Прокат мячом». 2. «Прокат мяча задень».	Подвижная игра «Порожки».	Ходьба в колонне одному и малой подвижно выбору д
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в выполнении задания развивая внимание на сигнал воспитателя в ползании, координацию движений равновесия (см. приложение 3 Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет. Книга 1)	Ходьба в колонне одному с заданиями, бег по сигналу в одну сторону. Проводится в чередовании	Общеразвивающие упражнения флажками.	1. Ползание. 2. Равновесие «Шапочки».	Подвижная игра «Поймай комара».	Ходьба в колонне одному з «комаром»

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми младшей группы»

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
ДЕКАБРЬ						

1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге враспын ориентировку в пространстве; устойчивого прыжка (х.т.р.39 38 Пензулаева Л. Физкультурные занятия) тий	Ходьба и б колонне по Ходьба враспын бег враспы	Общеразвипражнении кубиками	1. Равновесие. Упражнении-н«П задень». 2. Прыжки. Игр упражнение «Лягушка и рыгуш	Подвижная «Коршун и птенчики»	Ходьба колонне одному. «Найдем птенчик
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в выполнении задания и ноги в прыжках скачки; в промача (с.т.р.40) Л. Физкультурные занятия) тий	Ходьба в к одному Ходьба и б проводятся чередовани	Общеразвипражнении мячом.	1. Прыжки со с (высота 230и нсоме дорожку или м 2. Прокатывани другу	Подвижная «Найди св домик».	Ходьба колонне одному
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге с остановкой сигналу воспитания прокатывании предмета, урватся при дуг (ус.т.р.41) Пензулаева Л. Физкультурные занятия) тий	Ходьба в к одному бег в коло одному; хо проводятся чередовани	Общеразвипражнении кубиками.	1. Прокатывание мяча предметами 2. Ползание по «Пропеллези заде	Подвижная «Лягушки»	3-я часть малой подвижной «Найдем лягушон
4 Н Е Д	Проект «К нам Новый год!» Пензулаева Л. Физкультурные занятия) тий					

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ В ГРУППЕ

«Физкультура для детей в детском саду» М. И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
ЯНВАРЬ						
1 НЕДЕЛЯ						
2 НЕДЕЛЯ	Упражнять детей в беге враспынно ориентировку в пространстве; ползании на поясе: и жую равновесия пр доске. (Конспекты) зан	Ходьба в ко одному, на воспитателя детям предл разбежаться залу; ходе рна враспынювя бег.	Общеразвива упражнения стульчиках	1. Ползание. упражнение «Бревнышке». 2. Равновесие «Пройдем по	Подвижная «Птица и птенчики»	3-я часть малой подвижной «Найдем птенчик
3 НЕДЕЛЯ	Поюрить ходьб выполнением з упражнять в равновесия на площади опоры	Ходьба в ко ому. По си воспитателя носках, рук вверх, пере	Общеразвив упражнения платочка	1. Равновесие «не упади». 2. Ружки «Из ямку».	Подвижная «Коршун и цыплята».	Игра мал подвижной «Найдем цыпленка

Л Я	двух ногах, п вперед. (ст. 44 П. 4 Взулае Физкультурные детей-милл занятий)	обычную ход в колонне п поворотом в сторону. Хо чередовании				
4 Н Е Д Е Л Я	Повторить ход выполнением з упражнять в с равновесии на ограниченной опоры; прыжки ногах, гшрощв (ст. 43 П. 5 Взулаева Физкультурные детей-милл занятий)	Игровое упр «На полянке сигналу вос дети перехо ходьбе врас всей «полян врассыпную задевать гадр	Общеразвива упражнения	1. Прыжки- «3 прыгуны».	Подвижная «Птица и птенчики»	Ходьба колонне одному.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В МЛАДШЕ
«Физкультурные занятия в дшейскруппы ду Лс Ид Еев мула мва»

Неделя	Задачи	Вводная ч	Основная часть			Заключи ная ча
			Общеразв ие упражне (ОРУ)	Основные дви	Подвижные (ПИ)	
ФЕВРАЛЬ						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в х вокруг предме координацию дв ходьбе переме повторить пры продвижением (ст. 45 П. 6 Взулаева Физкультурные детей-милл занятий)	Ходьба и бе выложеному кольцами: х примерно тр круга-шюлбнегй	Общеразв е упражне кольцом	1. Равновесие 2. Прыжки	Подвижная «Найди св	Игра ма подвижн по выбо детей.

	занятий					
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей с выполнением заданий; в прыжках с высоты с мягким приземлением и полусогнутые ноги развивать ловкость глазомер в забросе мяча. (стр. 10-11) Пензулаева Л. Физкультурные занятия для детей 4-5 лет. Конспект занятий	Ходьба в колонне по одному, обегая препятствия, поднимая коленки при переходе на бег. Упражнения чередуются.	Общеразвивающие упражнения для детей младшего дошкольного возраста.	1. Прыжки «Веселые воробышки». 2. Прокатывание мяча «Ловко и быстро».	Подвижная игра «Воробышки гнездышка».	Игра «Мир воробышек».
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей переменным шагом развивая координацию движений разучивать бросание мяча развивая ловкость глазомер; ползание чередуясь касаясь рук. (стр. 12-13) Пензулаева Л. Физкультурные занятия для детей 4-5 лет. Конспект занятий	Ходьба в колонне по одному, переход через шнуры попеременно левой и правой ногой в рассыпную.	Общеразвивающие упражнения для детей младшего дошкольного возраста.	1. Бросание мяча двумя руками. 2. Прокатывание мяча «Ловко и быстро».	Подвижная игра «Воробышки кот».	Ходьба колонной по одному мячом в кругу.
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в рассыпную; умение группироваться лазанием под дугу упражнение в прыжках (стр. 14-15) Пензулаева Л. Физкультурные занятия для детей 4-5 лет. Конспект занятий	Построение шеренги, переход в колонну по сигналу переход в рассыпную, бег в рассыпную, ходьба и бег	Общеразвивающие упражнения для детей младшего дошкольного возраста.	1. Лазание под дугу группировка «Прыжки». 2. Равновесие на узкой дорожке.	Подвижная игра «Лягушки» (прыжки).	Игра «Няшурки».

3 Н Е Д Е Л Я	Развивать умения по сигналу воспринимать бег через препятствия. Упражнять в броске мяча двумя руками в ползании на повышенной опоре. (стр. 16-17 Жулаева Л. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспект занятия)	Упражнения в беге через препятствия	Общеразвивающие упражнения	1. «Буржуйская» 2. Ползание на повышенной опоре	Подвижная игра «Зайка себя умывает»	Игра «Наша зайка?»
4 Н Е Д Е Л Я	Развивать координацию движений в ходьбе между предметами. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. (стр. 18-19 Жулаева Л. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспект занятия)	Ходьба и бег с предметами	Общеразвивающие упражнения	1. Ползание «Медвежата» 2. Равновесие	Подвижная игра «Автомобиль»	Ходьба колонной одному «автомобиль поехали гараж».

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ
«Физкультурные занятия в детском саду с детьми младшей группы»

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
АПРЕЛЬ						

1 Н Е Д Е Л Я	Повторить ходьбу вокруг предмета через шнуры. Усохранении равной ходьбы выше (стр. 60) П. Б. Зулаева Физкультурные занятия для детей 4-5 лет. Конспект	Ходьба вокруг (по 2 кубика) каждого ребенка. Выполняется вокруг, затем остановка, другую сторону продолжение бега в кубиках	Общеразвивающие упражнения на скамейке кубиком.	1. Равновесие 2. Прыжки «Черная канавка».	Подвижная игра «Тишина».	Игра «Нягушон»
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в выполнении за приземлении на ноги в прыжках; ловкость в упражнении мячом. (стр. 61) П. Б. Зулаева Физкультурные занятия для детей 4-5 лет. Конспект	Ходьба в колонне; воспитателя полетедлит! и разбегаются в рассыпную. На сигнал «Жук отдыхает!» ложатся на живот, двигают руками, ногами, как лапками.	Общеразвивающие упражнения косичкой (короткий)	1. Прыжки из кружка. 2. Упражнение «Точный пас»	Подвижная игра «Порядок дорожке».	Ходьба колонной одному
3 Н Е Д Е Л Я	Повторить ходьбу в выполнении за развивать ловкость в упражнении с ладонями и ступнями (стр. 62) П. Б. Зулаева Физкультурные занятия для детей 4-5 лет. Конспект	Ходьба в колонне. По воспитателя «Великая ходьба», носки, руки переход на ходьбу. По «Гномыры» сядут на колени.	Общеразвивающие упражнения	1. Бросание и ловля его руками 2. Ползание гимнастической скамейке «Медвежата»	Подвижная игра «Мы топая ногами».	Ходьба колонной одному.
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в ходьбе остановкой по воспитателя; ползание между упражнениями устойчивого равновесия на по-	Ходьба в колонне. По воспитателя «воробыиоси сказачьи» продолжение бега на слово «л	Общеразвивающие упражнения обручем.	1. Ползание «не задень» 2. Равновесие «Помостик»	Подвижная игра «Огуречик»	Ходьба колонной одному.

(с т р П е б з у л а е в а Ф и з к у л ь т у р н ы е д е т ь - м и л ь т . К о н з а н я т и й	п р и с е с т ь , п к о л е н и . П е р в у м е р е н н о м с л о в о « л - о ш а б е г у т п о д с к У п р а ж н е н и я б е г е ч е р е д у				
--	---	--	--	--	--

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗИКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми младше

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
МАЙ						
1 Н Е Д Е Л Я	Повторить ходьбу в рассыпную, ориентировку в рассыпную повторить задание равновесия. и повторить задание (с т р П е б з у л а е в а Ф и з к у л ь т у р н ы е д е т ь - м и л ь т . К о н з а н я т и й	Ходьба в колонне по одному; ходьба в рассыпную залу. Упражнения ходьбе и беге чередуются.	Общеразвивающие упражнения (ОРУ) с кольцом (кольцеброс)	Равновесие Прыжки через	Подвижная «Мыши в кладовой»	«Где спрятаны мышонок»
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей беге между препятствиями прыжках со скакалкой полусогнутые ноги прокатывании мяча друг другу. (с т р П е б з у л а е в а Ф и з к у л ь т у р н ы е з а	Ходьба и бег по одному мячу предметами	Общеразвивающие упражнения мячом.	прокатывают мяч друг другу	Подвижная «Воробышек катит».	Ходьба колонне по одному. малой подвижной

	детей-милл занятий	Кон				
3 Н Е Д Е Л Я	МОНИТОРИНГ					
4 Н Е Д Е Л Я	МОНИТОРИНГ Акция «Внимани ПДД					

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СРЕДНЕЙ
«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней

Неделя	Задачи	Вводная ч	Основная часть			Заключит я част
			Общеразв щие упражне (ОРУ)	Основные дв	Подвижные (ПИ)	
		2—3 минут		12—14 минут		2—3 мин
СЕНТЯБРЬ						

1 Н Е Д Е Л Я	Мониторинг День знаний					
2 Н Е Д Е Л Я	Мониторинг Акция «Внимание ПДД»					
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге колонно-учить сохранять равновесие на площади опоры; энергичном от двух ног и мягком приземлении	Построение шеренгу, упражнения (используются ориентиры, квадраты)	Без предметов	1. Упражнения равновесия между двумя 2. Прыжки	«Найди себя»	Ходьба колонно-одноногу, помахивая платочком головой.
4 Н Е Д Е Л Я	подпрыгивания детей в ходьбе одному, беге в (повторения); прокатывании под шнур	Упражнения и бег. Упражнения Перестроения. Ходьба в колонно-одноногу между линиями; бег в рассыпную	ОРУ с мячом	1. Прокатывание другому двумя руками 2. Ползание по касаясь руками	«Огуречик»	Ходьба в колонно-одноногу на носках различных положений рук в чередовании

						обычной ходьбой
--	--	--	--	--	--	--------------------

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СРЕДНЕЙ
«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
	2—3 минут	12—14 минут			2—3 минут	
ОКТАБРЬ						
1	Учить детей с устойчивое равновесие на повышенной энергии отталкивании о и мягком приземлении с полусогнутыми ногами с продвижением	Ходьба в колонне одному, . За проводятся упражнения перешагивания (перепрыгивания)	ОРУ с косичкой коротким шнуром).	2. рывки на дв продвигаясь в предмета 1.- Р ходьба по гимнастической скамейке	«Кот и мышь»	Ходьба в колонне одному носках, мышки, з «котом».

2 Н Е Д Е Л Я	Учить детей на место в шеренги и бегу упражнять приземлении на ноги в прыжках обруч; закрепить прокатывать мя	Ходьба в ко одному; ход по дорожке бег в рассып остановкой воспитателя бег пяртосвяо дв чередовании	ОРУ Без пред	2. Прокатыва друг другу 1. Прыжки перепрыгивани в обруч на дв	«Найди св цвет!». «Автомоби	И. М. П. «А били пое гараж»
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять дете выполнению различ заданий в прыж закреплять уме действовать по	Ходьба с вы различных з	ОРУ Без пред	2. Прокатыва межд-у 4 предмет 1. Прыжки на обруча в обру	«Ловишки»	Ходьба в колонне одному
4 Н Е Д Е Л Я	Повторить ходь по одному, раз глазомер и рит перешагивании упражнять в пр мяча в прямом лазанье под ду	Ходьба в ко одному, ход перешагивани бруиск Упражнения беге Постро	ОРУ С мячом	1. Лазанье по 2. Прыжки на 3. Подбрасывани двумя руками	«У медвед бору».	И. М. П. «Угадай, спрята но

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СРЕДНЕЙ
«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней

№	Задачи	Вводная ч	Основная часть	Заключит
---	--------	-----------	----------------	----------

			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	Я часть
		2—3 минут	12—14 минут			2—3 мин
Н О Я Б Р Ь						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей беге между препятствиями на двух ногах; закреплять умение удерживать равновесие при повышенной опоре.	Ходьба и бег кубиками, поставленными всему залу произвольно не задевать кубики. -П 3 раза. Пос около кубик	Общеразвивающие упражнения кубиком	1. Равноходьба гимнастическая 2. Прыжки на 3. Бросание мяча ловля его двумя	Подвижная «Салки».	Игра мал подвижно «Найди и промолчи
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в ходьбе и носках; в прыжках; в полусогнутых прыжках; в про мяча.	Ходьба в ко одному; ход по кругу с другую сторону сигналу в о Ходьба и бег в рассыпную; носках, «ка	Общеразвивающие упражнения без пред	1. Прыжки на черёз линии 2. Прокатывание друг другу 3. Перебрасывание друг другу	Подвижная «Самолеты»	Ходьба в колонне одному, звено, победившие в игре «Самолет
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей беге с изменением направления движения в бросках мяча двумя руками ползание на ч	Ходьба в ко одному, на воспитателя направление ходьба в ко одному, высоко поднимая ко на поясе; п о бычную ход	Общеразвивающие упражнения мячом	1. Броски мяча ловля его двумя 2. Ползание гимнастическое опорой на лад 3. Ползание на животе в прямом направлении опорой на лад 4. Прыжки на	Подвижная «Лиса и к	3 часть. в колонне одному.

		в р а с с ы п н у ю .		между предмет		
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге с остановками; воспитательная работа по гимнастике, развлекательная; повторение на сохранение равновесия.	Ходьба и бег по одному; бег враспынную по сигналу; остановиться как-нибудь поз	Общеразвивающие упражнения флажками	1. Ползание по гимнастическому животу 2. Равновесие на животе 3. Равновесие на боку приставив руки на поясе 4. Ползание по гимнастическому животу 5. Ползание по гимнастическому животу опорой на ладони 6. Прыжки на кубиках	Подвижная игра «Цветные автомобили»	Ходьба в колонне по одному.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СРЕДНЕЙ
«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
ДЕКАБРЬ						
1 Н Е Д Е Л Я	Развивать внимание в выполнении заданий и беге; упражнения на сохранение устойчивого равновесия при уменьшенной площади опоры	Ходьба и бег по одному; ходьба и бег враспынную по сигналу; перестроение	Общеразвивающие упражнения платочком	1. Равновесие на гимнастическом животу 2. Прыжки через брусок 3. Прокатывание предмета	Подвижная игра «Лиса и заяц»	Игра мал подвижно «Найдем цыпленка»

Я	опоры; развива координацию дв прыжках через	колонну				
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять дете перестроении в месте; вс прыжк приземлением н полусогнутые н глазомер и лов прокатывании м предметами.	Ходьба и бе по одному . Построени шеренгу.	Общеразвие упражн мячом.	1. Прыжки со 2. Прокатыван межд уд мерттеа ми 3. Бег по дор 20 см) .	Подвижная «У медвед бору» .	Игра мал подвижно выбору д
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять дете колонной по од развивать ловк при перебрасыв друг другу; по ползание на че	Ходьба в ко одному; ход в рассыпную	Общеразвие упражне	1. Перебрасыва друг другу 2. Ползание на четвереньках гимнастическ 3. Ходьба с перешагивание набивные мячи	Подвижнфя «Зайцы и	Игра мал подвижно «Где спр заяка?» .
4 Н Е Д Е Л Я	Проект «К нам Новый год!»					

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СРЕДНЕЙ
«Физкультурные занятия в детском М. Иа д Уенз дуга юи средней

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
		2—3 минут	12—14 минут			2—3 мин
ЯНВАРЬ						
1 Н Е Д Е Л Я						
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнения по закреплению действий по заучить правильную позу за края скамей при ползании на животе повторить упражнения равновесия.	Ходьба в колонне по одному; ходьба в рассыпную	Общеразвивающие упражнения кубиками	1. Ползание по гимнастическому на животе, с ладони и колени 2. Равновесие на гимнастическом 3. Прыжки на	Подвижная игра «Птички и	Ходьба в колонне по одному

3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей беге между преформировать усравновесие в хуменьшенной пл опоры; повтори в прыжках. Упражнять в помяча вверх и лруками	Ходьба в коодному; ходемежду предмХодьба в колсодному.	Общеразвиеупражнеобручем	1. Равноценные канату 2. Прыжки на 3. Подбрасывавверх и ловляруками	Подвижная « Кролики »	Игра малподвижно « Найдем кролика !
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей сменной ведущег и перебрасывани другу. Отбивание малорукой о пол-, ходьба на носк предметами	Ходьба в коодному со с ведущего, бв рассыпную	Общеразвиеупражнен мячом.	1. Прыжки с гимнастическо 2. Перебрасыв друг другу с (с помощью рук с низу) - 1 раз	Подвижная « Найди се	Ходьба в колонне одному.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В С
«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней

Неделя	Задачи	Вводная ч	Основная часть			Заключит я част
			Общеразв ие упражне (ОУ)	Основные дв	Подвижные (ПИ)	
		2—3 минут		12—14 минут		2—3 мин
ФЕВРАЛЬ						

1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге между предметами, в повторить задания в прыжках через перебрасывании друг у	Ходьба в к одному, ход между расст в одну лини предметами, (кегли пост расстоянии ребенка); х в рассыпную. Построение колонны	Общеразвие упражне	1. Равновесие 2. Прыжки чер 3. Ходьба, пе через набивн 4. Прыжки чер 5. Перебрасыв друг другу	Подвижная «Котят и	Игра мал подвижно
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в выполнении команд воспитателя в прыжках из обруча прокатывании предметов на д через шнуры, в мяча друг друг	Ходьба в к одному, на воспитателя становиться, ногу, согну колене, рук и некоторое удерживать равновесие, продолжить сигнал педа «Лягушк и приседают н корточки, к на колени.	Общеразвие упражне стульях.	1. Прыжки об обруч 2. Прокатыва между предмет 3. Прыжки на д 4. Прокатыва друг другу 5. Ходьба на	«У медвед бору».	Ходьба в колонне одному хлопком ладоши н каждый четверты
3 Н Е Д Е Л Л	Упражнять детей в на двух ногах прокатывании м друг у в ходьбе и бег между предмета	Ходьба в к одному; по воспитателя перехлест носках, рук обычная ход	Общеразвие упражне мячом	1. Перебрасыва друг другу 2. Ползание гимнастическо на четвереньк 1. е Мание мешо	«Воробышк автомобил	Ходьба в колонне одному.

Я	мяча двумя руками закрепить на четвереньках.	стороны; пег врассып ходьба и бе чередовании		вертикальную 3. Прыжки на между предмет		
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей изменением на движения; повтор ползание в прямом направлении между предметами в ползании по скамейке, в прыжках на правой ноге.	Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег врассыпную залу, пересходьбе в колонне по одному.	Общеразвивающие упражнения гимнастикой палкой.	1. Ползание гимнастическое 2. Равновесие гимнастическое 3. Прыжки на левой ноге	«Перелет	Ходьба в колонне по одному.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СРЕДНЕЙ
«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основы движений	Подвижные (ПИ)	
		2—3 минут		12—14 минут		2—3 мин
МАРТ						

1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей беге по кругу направления движения в рассыпную; упражнения в прыжках.	Ходьба в ко одному Ходьба и бе в рассыпную остановкой воспитателя	Общеразвие упражне	1. Ходьба на 4-5 предметами 2. Прыжки чер справа и слева 1. Равновесие 2. Прыжки на д через коротку	Подвижная «Перешеец»	Игра мал подвижно «Найди и промолчи
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей выполнении за команде воспит прыжках в длин бросании мячей повторить ходь в рассыпную Упражнять в пр мяей друг друг	Ходьба в ко одному. Ход в рассыпную.	Общеразвие упражне обручем.	1. Прыжки в дл 2. Перебрасыва через шнур 3. Перебрасыва через шнур дв иза головы 4. Прокатывани другу	Подвижная «Бездомны	Ходьба в колонне одному.
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей беге по кругу; выполнении за повторить прок между предмета упражнять в по животе по скам сопорой на кол Упражнять дете равновесии.	ходьба и бе в выполнении ходьба на н ходьба в по руки на кол переход на ходьбу.	Обще развивающ упражнении мячом.	1. Прокатывани между етраемдм 2. Ползание п гимнастическ на животе 3. Ползание п гимнастическ опорой на лад с мешочком на «Пропонлез иу рон 4. Равноовдеь биае скамейке с ме голове.	Подвижная «Самолеты	Игра мал подвижно

4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей	Ходьба в ко	Обще	1. Ползание	Подвижная	Игра мал
	беге в рассыпну	одному; ход	развивае	гимнастическ	«Охотник	подвижно
	остановкой по	в рассыпную,	упражнен	2. Равновесие	зайцы».	«Найдем
	воспитателя; п	сигналу вос	флажка м	3. Прыжки		
	ползание по -ск	остановитесь		шнуров		
медвежьей»; упр			4. Лазанье по			
равновесии и п			гимнастическ			
упражнять в ла			5. Ходьба по до			
гимнастическ			лежащей на по			

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ
«Физкультурные занятия с детьми средней группы» Л. И. П.

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть		Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	
		2—3 минуты	12—14 минут		2—3 мин
АПРЕЛЬ					
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей беге в колонне ходьбе и беге повторить задания равновесии и п	Ходьба в колонне по сигналу переходят к ходьбе перешагиванием попеременно пр ног. После того последний в колонне выполнит пере шаг через бруски,	Общеразвивающие упражнения	1. Равновесие 2. Прыжки ногами через препятствия	Подвижная игра «Пробеги» Игра мал подвижно «Угадай, позвал».

		команда к бегу Упражнения в х чередуются				
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять дете беге по кругу, руки, ходьбе и в рассыпную; ме мешочков в гор цель; закрепля занимать прави исходные жение прыжках в длин	Ходьба в колон обход зала, по воспитателя ве навстречу ребе последним в ко подходя, берет замыкая круг. кругу, взявши с Остановок рао, т пво в сторону и прод ходьбы. Ходьба в рассыпную.	Общеразв щие упражнен кеглей.	1. Прыжки в места 2. Метание мешочков в горизонтал цель 3. Метание вертикальн 4. Отбиван одной руко	Подвижная «Совушка»	Ходьба в колонне одному, носках, на обычн шаг.
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в хо выполнением за сигналу воспит развивать ловк глазомер при м дальность, пов ползание на че	Ходьба в колон По сигналу вос «Лягушка» при кладут руки поднимаются и ходьбу. На сиг -переходят на рука «мирышкам Упражнения в х чередуются.	Обще развиваю упражнен мячом	1. Метание на дальнос 2. Ползани гимнастиче скамейке 3. Прыжки ногах, дис	Подвижная «Совушка»	Ходьба в колонне одному.
4 Н Е Д	Упражнять дете беге в рассыпну упражнения в р прыжках.	Ходьба в колон ходьба и бег в сигналу воспит «Лошадка» б ба,	Обще развиваю упражнен косичкой	1. равнове 2. Прыжки ногах из о обруч	Подвижная «Птички и	Ходьба в колонне одному.

Е Л Я		поднимая колени « Мышки! » ходьба на семенящими шагами бег в чередова		3. Прыжки ногах между предметами		
-------------	--	--	--	--	--	--

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ
«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней группы»

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общера вающи упражн я (ОР)	Основные дв	Подвижные и (ПИ)	
		2—3 минуты		12—14 минут		2—3 мин
МАЙ						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей парами, в устойчивого равновесия ходьбе по уменьшенной площади опоры; прыжки в длину упражнять в прыжках мяча между кубиками	Ходьба и бег по рассыпной в три колонны.	Общера вающи упражн	1. Ходьба по дорожке (ширина 15 см) 2. Прыжки в длину с места - берущим 3. Прокатывание мяча между кубиками	Подвижная игра «Котята и щенята».	Игра малоподвижная
2 Н Е Д Е Л Я	Повторить ходьбу ведущего; упражнять в прыжках в длину развивать ловкость в упражнениях с мячом	Ходьба в колонне со сменой ведущего Ходьба и бег в колонне всего класса.	Общера вающи упражн с куби	1. Прыжки в длину с места через препятствие 2. Перебрасывание мяча друг другу 3. Метание мяча на дальность (правой и левой рукой)	Подвижная игра «Котята и щенята».	Ходьба в колонне одному малой подвижностью в выборе

3 Н Е Д Е Л Я	МОНИТОРИНГ					
4 Н Е Д Е Л Я	МОНИТОРИНГ Акция «Внимание ПДД					

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ
«Физкультурные задания между группами пешаршейва»

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
		2-3	17-18	3-4		
СЕНТЯБРЬ						

1 Н Е Д Е Л Я	МОНИТОРИНГ День Знаний					
2 Н Е Д Е Л Я	МОНИТОРИНГ Акция «Внимание ПДД»					
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей высоким подниманием рук в непрерывном упражнении в поперечной гимнастической опоре на ладони, изучать подвешивать ловчее устойчивое равновесие ходьбе по шнуру	Построение проверка осанки перестроение колонну поперечной (прыжком). высоким подниманием рук, бег в колонне за воспитателем на обыкновенной	ОРУ Без предметов	1. Ползание по гимнастическим на ладонях и пальцах 2. Ходьба по гимнастической дорожке (веревке) боком приставным шагом на поясе голени держать прямо 3. Бросание мяча двумя руками сверху бросание мяча ловля его с пола	«Удочка». «Быстро»	Ходьба в колонне по одному.

4 Н Е Д Е Л Я	Разучить ходьбу с изменением темпа по сигналу воспитателя; разучить пролезаем боком, не задевая обруча; упражняться в сохранении равновесия и продвижением в	. Ходьба в одном темпе; ходьба в распыленную, перестроенную по	ОРУ С гимнастикой палкой	1. Пролезание боком (не задевая верхний край) в группировке 2. Перешагивание брусками (кубиком, мешочком на гимнастической скамейке) 3. Прыжки на мешочке, зажимая Пингвина	«Мы, веселые ребята».	Ходьба в колонне одному с выполнением упражнения по сигналу воспитателя (руки впереди, за голову)

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ

«Физкультурные игры и упражнения для детей 5-6 лет» И. А. Пенькина

Нед	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2-3		17-18	3-4	
Октябрь						

1 Н Е Д Е Л Я	<p>Учить детей в колонну по непрерывном обучении ходить по скамейке; упражнении перепрыгивания и перебрасывания</p>	<p>Построение шеренгу, проосанки и раперестроени колонну по ходьба; по воспитателя перестроени колонну по Ходьба в ко два, бег вр ходьба в рас ходьба в ко одному, бег умеренном т мин.</p>	<p>ОРУ Без пред</p>	<p>1. Ходьба по гимнастическ боком приста 2. Прыжки на через шнуры, 3. Бросание руками от г</p>	<p>«Перелет «Не попа</p>	<p>И. М. П «Найди и промолчи Ходьба в колонне одному.</p>
2 Н Е Д Е Л Я	<p>Разучить с детьми по сигналу во время ходьбы в одном; упражнении перешагиванием чеша брусками; закреплении приземления на ноги при прыг повторить пере мяча друг друг переползание ч препятствия.</p>	<p>Построение проверка осравнения, перестроени колонну по ходьба жолонн одному;</p>	<p>ОРУ С большим</p>	<p>1. Прыжки (сп скамейки на п ноги 3. Переползание препятствия 2. Перебрасыв друг другу дв иза головы</p>	<p>«Не остав полу». «Ловишки</p>	<p>И. М. П «У мяч?» Ходьба в колонне одному.</p>

3 Н Е Д Е Л Я	Продолжать от навык ходьбы с темпа движения воспитателя; б воспитателя; б развивать коор движений и гла метании мяча в упражнять в по дугу с н устойчивого ра	Ходьба в ко одному, по воспитателя медленно. Бег в рассыпную остановками сигналу вос	ОРУ С малым	1. Метание мя горизонтальну 2. Лазанье 3. Ходьба с перешагивае набивные мячи	«Удочки»	Ходьба в колонне одному.
4 Н Е Д Е Л Я	Учить детей д повороты во вр бега в колонне (парами); повт пролезание в о упражнять в ра прыжках.	Построение проверка ос равнения. П в колонну п Ходьба в ко два Бег в колон	ОРУ С обруч	3. Прыжки на мягкое препят 2. Ходьба по гимнастическо на носках 1. Пролезание	«Гуси лебеде» «Лягушки перебежки»	И. М. П. «Летает летает» И. М. П. «Затейни

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАР
«Физкультурные задания в виде игры»

Неделя	Задачи	Вводная ч	Основная часть			Заключит
			Общеразв щие упражнения (ОРУ)	Основные дви	Подвижные (ПИ)	я част
		2-3		17-18	3-4	
Н о я б р ь						

1 Н Е Д Е Л Я	<p>1. Продолжать о навык ходьбы с подниманием, е в рассыпную; ра перекладывание из одной руки упражнять в пр перебрасывании шеренгах.</p> <p>2. Упражнять в беге до 1, 5 ми остановкой по воспитателя; п игровые упражн в равновесии и</p>	<p>Построение в проверка осан Ходьба в кол одному, бег бег между ке медленном тем мин; ходьба с перешагивание брусками (высо в рассыпную.</p>	<p>ОРУ с малым мячом</p>	<p>1. Равно 2. Прыжки на п левой ноге 3. Перебрасыва двумя рука 4. «Мяч о стен 5. «Поймай мяч 6. «Не задень»</p>	<p>«Пожарные учении». «Мышеловк</p>	<p>Игра мал подвижно «Найди и промолчи Игра мал подвижно «Угадай голосу».</p>
2 Н Е Д Е Л Я	<p>1. Бег между пр учить прыжкам левой ноге по продвижением упражнять в по скамейке на жи мяча между пре 2. Повторить бе перешагивание предметы; разв движению в кю игровом упражн упражнять в бе равновесии.</p>	<p>Ходьба в кол одному, по с воспитателя направление Бег между ке поставленными Ходьба в рас сигнал воспи «Сто-но»ст встать на од на поясе. Уп ходьбе и беге</p>	<p>ОРУ с обру</p>	<p>1. Прыжки с п вперед 2. Ползание п гимнастическ на животе 3. Отбивание «Мяч водящем «По мостику</p>	<p>«Не остав полу» «Ловишки»</p>	<p>Игра мал подвижно «Найди и промолчи Игра мал подвижно «Затейни</p>

3 Н Е Д Е Л Я	1. Упражнять в через обруч с равновесии. по ведение мяча в Упражнять дете изменении движе в ходьбе между 2. Упражнять в непрерывном бе перебрасывании шеренгах; повт упражнения с п бегом	Построение в перестроение одному. Ходь воспитателя с и замедление движения; бе предметами; в рассыпную Ходьба в кол одному, медле непрерывный ходьба в рас	ОРУ с больш мячом	1. Отбивание рукой с продв вперед 2. Пролезание мяч в руках в группировке 3. Равно гимнастическо на носках 1. «Перебрось 2. «Перебрось	Подвижная «Удочка» «Ловишки парами».	Ходьба в колонне одному, выполнен заданий по сигнала востпаител Игра мал подвижно «Лета летает».
4 Н Е Д Е Л Я	1. Упражнять в под шнур боком сохранении уст равновесия и п 2. Повторить бе преодолении п повторить игро упражнения с п мячом гимс. бе	Ходьба в кол одному, в рас с выполнении бег в рассыпну бег повторяю чередовании. ходьба между поставленными и бег с прео препятствий ходьба и бег чередовании.	ОРУ На гимнаст их скам	1. Лазанье под шнур 2. Прыжки на на левой ноге 3. Равновесие 1. «Кто быстре 2. «Мяч о стен	«Пожарные учении» «Ловишки перебежки	Игра мал подвижно кого мяч Ходьба в колонно одному з самым ло водящим.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАР
«Физкультурны дезакциями аду гср удеть» м и л . с и т . а р и ш е н и в у л а е в а

II	З а д а ч и	В в о д н а я ч а с т ь	О с н о в н а я ч а с т ь	З а к л ю ч и т е л ь н а я ч а с т ь
----	-------------	-------------------------	---------------------------	---------------------------------------

				Общераз щие упражне (ОРУ)	Основные дв	Подвижные (ПИ)	ая час
		2-3		17-18		3-4	
Декабрь							
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять дете колонной по од сохранением пр дистанции друг беге между пре задевая их; ра по наклонной д устойчивое рав правильную оса отрабатывать н на двух ногах препятствий; у перебрасывани другу. Разучить ушрфж с бегом и прыж упражнять в ме на дальность.	Построение в проверка оса равнения, Пе колонну по о в колонне по между предме рукамзиза изоло другу Ходьба и бег снежными пос воспитателем темпе; ходьб врассыпную.	Общераз ющие упражне палкой	1. Равновесие 2. Прыжки 3. Перебрасыв двумя 1. «Кто дальше 2. «Не задень»	Подвижная «Кто скор флажка». Подвижная «Мор Курзасн нос».	«Сделай фигуру». Ходьба в колонне одному м снежными постройк самым ло «Морозом	
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять дете беге по кругу, другую сторону прыжки с ноги продвижением в упражнять в по четвереньках м подбрасывани Повторить ходь	Построение в проворванки и равнения, пе колонну по о Построение в ходьба и бег воспитателем снежными пос темп ходьбы	Общераз ющие упражне флажкам	1. Прыжки 2. Подбрасыва двумя рвуефжи ловля его пос ладоши 3. Ползание 1. «Метко в це 2. «Кто быстрее снеговика».	Подвижная «Не остав полу» Подвижная «Мор Курзасн нос	Игра мал подвижно кого мяч Ходьба в колонне п одному. малой подвижно «Найди	

	между снежными постройками; у прыжках на двух снеговика, бро в цель	воспитатель		3. «Пройдем пс		предмет»
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять дете беге в рассыпну умение ловить ловкость и гла упражнять в по гимнастикой на животе и с равновесием ритмичность хо лыжах; упражня на двух ногах; игровые упражн и бросание сне	Построение в проверка осав равнение, хо колонне по о в рассыпную.	Общераз ющие упражне	1. Перебрасыв стоя в шеренг 2. Ползание г гимнастическ на животе 3. Равновесие 1. «Метко в це 2. «Смелые вор	Подвижная «Охотники зайцы»	Игра мал подвижно «Лета-а-а летает». Ходьба м кеглями
4 Н Е Д Е Л Я	Проект «К нам Новый год!»					

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
Январь						
1 Н Е Д Е Л Я						
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге по кругу, в беге враспы, влезать на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и передвижении на носках; закрепить навыки игры с шайбой и ключиком.	Построение в одну шеренгу; ходьба по кругу. По сигналу выполнить поворот вправо и влево. Ходьба и бег с воспитателем. Ходьба в колонне по одному. Игра подвижности детей.	Общеразвивающие упражнения с обручем	1. Лазанье 2. Равновесие 3. Прыжки на левой ноге 4. Бросание мяча «Забей шайбу» «Подорожке»	Подвижная игра «Хитрая лиса» Подвижная игра «Мы, веселые ребята»	Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе за воспитателем

3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей бегать между препятствиями, продолжать формировать устойчивое равновесие и беге по доске; упражнять ноги на ногу, мяча в кольцо, ловкость и глазомер. Продолжать учить передвижению на скользком шагах.	Построение в шеренгу. Проверка Осанки. Сравнение, перекрестные шаги по одному. Ходьба и бег кубиками, расхождение в шахматном порядке. Построение в шеренгу, ходьба в среднем темпе воспитателем, ходьба по ледяным следам.	Общеразвивающие упражнения с кубиками.	1. Равновесие на одной ноге. 2. Прыжки на левой ноге. 3. Метание кубиками. 4. Упражнения в лыжах. 5. «Сбей кеглю».	Подвижная игра «Медведи». Подвижная игра «Ловишки». Игра «Парамиды».	Игра мал подвижно «Найди и промолчи». Ходьба в колонне одному.
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге по кругу; прыжок в длину; упражнять в по четверенках, перед собой голы. Закреплять у детей скользкого шагах, спуск на небольшом склоне. Повторить игровые упражнения с бегом метанием.	Построение в шеренгу. Перестроение по одному. Ходьба по кругу. Бег по кругу.	Общеразвивающие упражнения с веревкой.	1. Прыжки в длину. 2. Проползание на четвереньках. 3. Бросание мяча. 4. «Кто быстрее». 5. «Пробеги в ад».	Подвижная игра «Совушка».	Игра мал подвижно «Летает-летает». Игра мал подвижно «Найдем».

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ
 «Физкультурный детско-юношеский клуб "Снежинка" Л.И.Р.Ш.Сейнзулаева»

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
ФЕВРАЛЬ						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в непрерывном беге продолжат устойчивое равновесие упражнять в пешеходном беге через бруски и мяча в корзину Упражнять детей лыжные скользящие повторять боковые продолжат подъем гор и подъему; игровые упражнения перебрасывания друг другу и скользящей ледяной дорожкой	Ходьба в колонне одному бег до 1,5 м темпе с изменениями направления движения ходьба в колонне одному. Периодически повторять построение: подгруппа детей вторая на лыжах	Общеразвивающие упражнения обручем	1. Ходьба по доске 2. Прыжки перепрыгивания бруски 3. Забрасывание корзины 4. «Точный» 5. «Полоса препятствий»	Подвижная игра «Охотники и зайцы» Подвижная игра «Морская переправа»	Ходьба в среднем темпе между ледяными постройками

2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге по кругу, в ходьбе враспынуую; навик энергичн отталкивания и на полусогнуты прыжках в длин упражнять в по дугу и отбиван землю. Упражнять в хо метании снежко дальность; пов упражнения с б прыжками	Построение в объяснение за Перестроение одному, затем ходьба и бег взявшись за бег враспыну остановкой на воспитателя. «Фигуру!» Построение в лыжах выполнении упражнений	Общераз ующие упражнения палкой.	Прыжки в длин Отбивание мяч рукой, продви шагом Лазанье «Кто дальше». «Кто быстрее»	Подвижная «Не остав полу.	Ходьба в колонне одному с задан для рук. Игра мал подвижно «Найдем зайца».
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге между пре метанию мешочк вертикальную ц упражнять в по палку и переша нее. Повторить игро упражнениям с прыжками, брос на дальность и	Построение в проверка осанк равнения. Ход между предмет скамейками. в три колонн скамеек. Ходьба в колс одному. Эста передача	Общераз ующие упражнения на скам	1. Метание ме вертикальную 2. Подлезание 3. Перешагива шнур 4. «Точно в кр 5. «Кто дальше	Подвижная «Мышеловк Подвижная «Ловишки перебежки	Ходьба з самым ло быстрым ловишкой
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в непрерывном бе продолжать учи гимнастическую пропуская реек	Построение в ходьба в колс одному; пере ходьба врассп построение	Общераз ующие упражнения	1. Лазанье 2. Жадно гимнастическо 3. Прыжки с н 4. Отбивания	Подвижная «Гулабеди Подвижная «Ловишки	Ходьба в колонне одному с поворота сигналу

Л Я	сохранении равновесия в колонны. ходьбе по гимнастической скамейке и прыжком на одну ногу; упражняются с мячом. Повторить игровые упражнения на упражнения в пр			5. «Гонки саночников» 6. «Не попадись» 7. «По мостику»		вострагатель
----------------	---	--	--	--	--	--------------

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРЕ
«Физкультурные занятия в старшей группе» Сладко И. С. Пензенская область

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
МАРТ						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей ходьбой по колонной по одному поворотом вправо по сигналу воспитателя; разучить ходьбу (шнурочком) по голове, удерживая и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках обруча в обруч перебрасывании друг другу, развивая глазомер. Повторить игровые	Ходьба в колонне по одному поворотом вправо; упражнения враспыленную. Три колонны. непрерывный воспитателем между ледяными постройками; ходьбу.	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	1. Равновесие 2. Прыжки из обруча 3. Перебрасывание друг другу 1. «Пас точный» 2. «Проезд из ада»	Подвижные «Пожарные учения». Подвижные «Горелки»	Эстафета большим мячом водителю игра мал подвижно «Летающий летает».

	упражнения с б упражнять в пе шайбы друг дру					
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в хо кругу с измене направления дв в рассыпную; ра прыжок в высо упражнять в ме мешочков в цел между кеглями. Упражнять дете непрывном беге темпе; повтор упражнения с п мячом.	Ходьба и бег изменением на движения по воспитателя; в рассыпную м кубиками (ке задевая их.	Общераз ные упражне	1. Прыжок в выс разбега 2. Метание ме цель правой и 3. Ползание н четвереньках кеглями 1. «Поймай мяч 2. «Кто быстрее	Подвижная «Медведи пчелы». Подвижная «Карусель	Эстафета мячом Ходьба в колонне одному.
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять дете сменной темпа бега в рассыпну предметами, уп ползании по ск ладонях и ступ равновесии и п Упражнять дете дистанцию 80 м чередовании с повторить игро упражнения в р прыжках и с мя	ходьба и бег между предмет (кубиками); в колонну по колонну по че Ходьба в кол одному. Ходьба в кол одному 10 м, пе на 6-20 м,	Общераз ные упражне обручем	1. Ползание п гимнастическ 2. Ходьба по гимнастическ 3. Прыжки пра боком 1. «Канатоходе 2. «Удочка».	Подвижная «Ловишки»	Эстафета большим —«Переда мяча в шефнге».
4	Упражнять дете	Ходьба парам	Общераз	1. Метание ме	Подвижная	Игра мал

Н Е Д Е Л Я	перестроением обратно; закрепления метании в горизонтальную цель; упражняют под рейку в горизонтальной равновесии. Упражняют детей скорость; повторять упражнения прыжком мячом и бегом.	перестроение одному в движении ходьба и бег остановкой на воспитателя. набивными мячами Упражнение в скорость	ующие упражнения	горшечную 2. Подлезание 3. Ходьба на 1. «Прокати и 2. «Пробегай	«Не остав полу». Подвижная Удочка	подвижно «Угадай голосу». Эстафета мячом.
--	---	--	---------------------	---	--	---

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ
«Физкультурные занятия в старшей группе» с/ла. д/у. с/пед. т/у. м/а в/а

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
Апрель						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей беге по кругу; учить сохранять равновесие при гимнастической упражнять в прыжках ногах и метании вертикальную цель Повторить гимнастику «Ловишки» эстафету с бол	Ходьба в колонне одному, ходьба по кругу, вращение ходьба с перешагиванием через шнуры и скамейки правой и левой	Общеразвивающие упражнения	1. Равновесие 2. Прыжки из обру 3. Метание в цель Игровые Упражнения 1. «Ловишки» 2. «Стой». 3. «Передача колонне».	Подвижная «Медведи пчелы».	Ходьба в колонне одному с остановкой сигналу воспитателя «Сделай фигуру!» Ходьба в колонне одному з командой

						п о б е д и т е
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге между препятствиями; научиться прыжком скакалкой; упражняться в прокатывании обруча; пролезании в тоннели; повторять игровые упражнения с мячом.	Построение в колоннах; проверка осанки; упражнения на равновесии; построение в колоннах бега между препятствиями; построение в колоннах бега в среднем темпе; воспитателем между предметами	Общеразвивающие упражнения короткими скакалками	1. Прыжки через скакалку 2. Прокатывание друг другу 3. Пролезание 1. «Пронеси два» 2. «Догони об» 3. «Перебрось»	Подвижная игра «Ловишки» перебежки Эстафета прыжком «Жмю» быстрее д «Флажка».	Ходьба в колоннах одному. Игра мал подвижно «Кто уше
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге колонной по сигналу в рассыпную; задание исходное положение метания мешочка вертикальную цепочку; упражнять в по равновесии. Повторять бег на повторять игровые упражнения с прыжками, с б	Построение в колоннах; перестроение; ходьба в колоннах одному с вып заданий по с воспитателя; перешагивание кубики, бег с препятствиями; кубики скамейке на	Общеразвивающие упражнения с мячом.	1. Метание м вертикальную 2. Ползание п 3. Ходьба по гимнастическо 1. «Кто быстр 2. «Мяч в кругу	Подвижная игра «Удочка» Подвижная игра «Горелки»	Ходьба в колоннах одному м предмета задевая Ходьба в колоннах одному малой подвижно

4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге колонной предметами; прыжки влезания на гимнастенку одним способом; упражнения в равновесии и прыжки. Продолжать учить на скорость; прыжковые упражнения прыжкам в равн	Ходьба в колонне одному: бег с разным темпе; бег между предметами. Построение в колонне, ходьба между предметами. Упражнения: шеренги; прыжки отрезков (для скорости до места	Общеразвивающие упражнения	1. Лазанье по гимнастической скакалке 2. Прыжки через скакалку 3. Ходьба по 1. «Сбей кеглю» 2. «Пробег из ад	Подвижная игра «Карусель» Подвижная игра «Скочки»	Игра мал подвижно «Угадай голосу». Ходьба в колонне одному, «змейкой».
--	--	---	----------------------------	--	--	--

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ
«Физкультурные занятия в старшей группе» с/ла. д/у. с/пед. т/у/м/а/е в а

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть		Заключительная часть	
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения Подвижные (ПИ)		
МАЙ						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в беге парами с другой стороны перешагивании набивные мячи, на гимнастических прыжках на протяжении впер отрабатывать н	Ходьба и бег перестроение одному в движение и бег поворотом в сторону. Построение в колонне, ходьба поднимая кол	Общеразвивающие упражнения	1. Равновесие 2. Прыжки на продвижением 3. Бросание м 4. «Проведи м 5. «Пас друг 6. «Отбей вол	Подвижная игра «Мышеловка» Подвижная игра «Гуляй бебеди	Игра «Что изменило» Ходьба в колонне одному.

	бросания мяча Упражнять детей высоким подним в непрерывном мин; повторить упражнения с м	среднем темпе между предмет чередовании с				
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей бегу по волнам по перешагиванием предметы; раз у длину с разбег перебрасывании другу и лазань упражнять в не беге между пре мин; упражнять прокатывании п обручей; повто упражнения с м прыжками.	Построение в построение в одному; ходьб по одному, на воспитателя х перешагивание шнуры; бег с перешагивание шнуры; ходьб в рассыпную, бег в умеренн воспитателем предметами д чередовании с	Общераз ющие упражне флажкам	1. Прыжки в д разбега 2. Перебрасыв 3. Ползание п ладонях и -сту медвежьей 4. «Пр-онжа туйр о 5. «Ксттор ебей» . 6. «Забрось в	Подвижная «Не остав полу» Подвижная «Совушка»	Игра мал подвижно «Найди и промолчи Ходьба в колонне одному.
3 Н Е Д Е Л Я	МОНИТОРИНГ					.

4 Н Е Д Е Л Я	МОНИТОРИНГ Акция «Внимание ПДД					
--	--------------------------------------	--	--	--	--	--

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
СЕНТЯБРЬ						
1 неделя	МОНИТОРИНГ День знаний					
2 неделя	МОНИТОРИНГ Акция «Внимание ПДД					

<p>3 неделя История Карла</p>	<p>1 занятие: Упражнять детей беге с четким поворотом — (ори кубки жегля); ловкость и вы мячом, координа движений в зад равновесии; упражнение на по гимнастичес</p>	<p>Ходьба в кол одному с чет поворотом н ориентира умеренном тем Перестроени в три колон</p>	<p>ОРУ с мячом</p>	<p>1. Подбрасыва одной рукой двумя руками 2. Ползание п гимнастическ на животе, п двумя руками 3. Упражнение сохранять ра</p>	<p>Подвижная «Удочка»</p>	<p>Ходьба в колонне одному. Игра «Де не летае</p>
-----------------------------------	--	--	------------------------	---	-------------------------------	---

<p>2 занятие: НОД Упражнять в ч ходьбы и бега; быстроту и то движений при ловкость в ход предметами.</p>	<p>Ходьба в к одному; 2 Об ем ходьбы 1а0 м. Ходьба и бе предметами</p>	<p>ОРУ с палка</p>	<p><i>Игровые упражнения</i> 1. «Быстро п Играющие ста 3—4 шеренги и лагаются в п от друга. У в каждой шерен большого диа сигналиют автоесл начиюна переда друг другу и рук в руки. шеренгек, игпол мяч, поднима головой. Пед командубедите 2. «Пронийдв ад Ходьба с пер через набивн расстоян 40 см (руки на поясе).</p>	<p>Подвижная Совушка».</p>	<p>Ходьба в колонне одному. «Летает летает».</p>
<p>3 занятие: Ден «Карпухи в гс</p>	<p>Конспект</p>				

4 неделя	1 занятие №3 Упражнения в чередовании ходьбы по сигналу в чередовании ходьбы по сигналу в ползании по скамейке на ладонях; в равной ходьбе по скамейке с заданиями. Повторить через шнуры.	Ходьба и бег в чередовании по сигналу в повороте в ходьбе производится в движении по скамейке на ладонях; в равной ходьбе по скамейке с заданиями. Повторить через шнуры.	ОРУ С гимнастикой палкой	1. Ползание по гимнастическим на ладонях и 2. Ходьба по гимнастическим 3. Прыжки из обруча	Подвижная игра «Не попади»	Ходьба в колонне одному. Игра «Фигурки»
	2 занятие Педагогика Ефимовская «Двигательная деятельность»	Занятие №1 «Большая тематическая игра-драма (Б.С.И.И.) «Мир же бы...				
	3 занятие №3 Упражнения в чередовании ходьбы и бега в повороте в гимнастической ходьбе на ладонях и коленях; в равновесии при выполнении задания. Повторить прыжки по шнурам.	Ходьба и бег в чередовании по сигналу в повороте в ходьбе производится в движении по скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при выполнении задания. Повторить прыжки по шнурам.	ОРУ С гимнастикой палкой	1. Ползание по гимнастическим на ладонях и 2. Ходьба по гимнастической скамейке 3. Прыжки из обруча	Подвижная игра «Не попади»	Ходьба в колонне одному. Игра «Фигурки»

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ

Нед	Задачи	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
------------	---------------	----------------------	-----------------------	-----------------------------

			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	ая часть
ОКТАБРЬ						
1 Н Е Д Е Л Я Д е н ь п о ж и г о ч е л о к а	1 занятие. Пед. занятие №5 Закреплять навыки бега между препятствиями в сохр. равновесия на повышенной опоре и ловкость в упражнениях с мячом,	Ходьба и бег колонне поочередно между предметами. Ходьба в колонне поочередно одному с ускорением и замедлением движений; бег преодолением препятствий	ОРУ Без предметов	1. Равновесие по гимнастической скамейке 2. Прыжки на правой и левой ноге чл 3. Броски маловысоты и ловля руками с хлопками ладони	«Перелет»	Ходьба в колонне поочередно одному. П. И. «Фигуры»
	2 занятие Пед. методика Ефимов «Двигательная деятельность детей»	Занятие №2 Большая тематическая игра (БТИ) «В гости к царю Угольку»				
	3 занятие Пенз №6 Упражнять детей в преодолении препятствий в ловкости в упражнениях с мячом повторить задания	Ходьба в колонне поочередно одному с ускорением и замедлением движений; бег преодолением препятствий перепрыгивая через бруски, полосу на расстоянии шагов ребенка шаг за шагом третий шаг перепрыгивая	Игровые упражнения «Переброси мяч», «Не попади»		Подвижная игра «Фигуры»	

3 НЕ ДЕ Л О З НА О М Л Е И Е С Д О Н С И М К Р А Е	1 занятие. Пен Занятие №9 Упражнять дете высоким подни высоким подни колен; повтор в ведении мяча упражнения равновесия при уменьшенной п опоры.	Ходьба в к одному, ход высоким под колен Ходьба на одному с из направления бег, пере через предм	О Р У н а г и м н а с т и с к а м е й к	1. Ведение прямой 2. Ползание гимнастическ 3. Ходьба по гимнастическ	« Удочка « Не попадись	И. М. П. « —не лета Ходьба в колонне одному.
	2 занятие Исто Карапушек Конспект	День Радости	« Чудеса в Малых карапухах »			
	3 занятие. Пен занятие №10 Закреплять на изменением на движения, умение действовать воспитателя; точность в упр мячом.	Ходьба в к одному с из направления направления по ук воспитателя перепрыгива предметы, поставленны сторонам за переход на		Игровые « Успей выбеж « Мяч водящем	Подвижна « Не попа	Ходьба колонне одному.
4 НЕ ДЕ Л Я П Р О Е Т « О С Е Н Ь	1 занятие Пен №11 Задачи: Закрепл ходьбы со сме движения в рассыпную, в четверенках - ным заданием; упражнение на	Ходьба в к одному, по воспитателя темпа движе редкие удар ~ ходьба шагом, с эн работой рук частые удар	О Р У с м я ч о	1. Ползание четверенках направлении, мяч головой 2. Прыжки н левой ногое м предметами 3. Равновес по гимнастич	« Удочка « Ловкий ленточка	Ходьба в колонне одному. И. М. П. «

осен в го прос м»	при ход въбшешенн опоре .	—короткие , щие шаги , р поясе , и та попеременн врассыпную , зуя все пр зала , (При изменением движения м использоват качестве си хлопкв ладо мужильное сопровожден		скамейке		
	2 заНящиагогич методика Ефим «Двигачиэрювая деятедь-Нолетъ» с	БТИ «Времена года»	СМИ «Тетушка	Осень»		
	Утренник «Осе					

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
НОЯБРЬ						

<p>1 Н Е Д Е Л Я П Д Д « Б е п а с я д о р а »</p>	<p>1 занятие Пензул занятие №13 Задачаик.репляют ходьбы и бега упражнятыбе впох канату (или тс шнур); упражн энергичновма ноиги прыжках через повторить эста</p>	<p>Ходьба и бе колонне по кргуу с уско змедлением движения.— П в ходьбе и соблюдать р номерную ди друг от дру</p>	<p>ОРУ бе предмет</p>	<p>1. Равноеси ходьба по (шнур) б приставном двумя спо пятки на носки на носкили диец стопы на 2. Прыжки на ногах чер (6—8 шт.) и без паузы 3. Эстафета «Мяч вода (см. стр.</p>	<p>Подвижна «Догони пару».</p>	<p>Игра «Уг чей голо</p>
	<p>2 занятие Педа методика Ефим «Двигачиелрюва деятель-Нолетъ»</p>	<p>Занятие №2 Большая тематическая игра (БТИ) игра (СМИ) «В гости к царю Угольку»</p>				
	<p>3 занятие Пенз №14 Задачи Закреп ходьбы, переша преедтмы вт юфить игровые упражн и прыжками.</p>	<p>Ходьба в кс одному межд кеглями, ст задеть их, перешагиван попеременно левой ногой шнуры; бег перепрыгива через бруск</p>	<p>ОРУ бе предмет</p>	<p><i>Игровые упражнения</i> 1. «Мяч о ст 2. «Будь лов на двух нога предметами (набивные мяч</p>	<p>Подвижная «Мышеловк</p>	

2 НЕ ДЕ Л Я Ис т ри я Кар пуш к Озн ком ени с Дон ким кра м	1 занятие Пен №15 Задача Учить ходить с изменением направления прыжках через скакалку; броски друподзании по гимнастической четвереньках с спине.	Ходьба в ко одному, ход изменением движения сигналу вос упражнениям (на носках, голову; шир свободным семеняшюм, руки на по	ОРУ со скакалку	Прыжки через скакалку, вр вперед. Ползание по гимнастическ на гимнастик мешочком на Броски мяча стоя в шерен —двумя рукаа м головы).	Подвижная «Фигуры».	Ходьба
	2 занятие Пен №16 Задачи. Закреплять на преодолением ходьбу с остано сигналу; повто упражнения в мячом.	Ходьба в ко одному; по воспитателя навиться и пр как-либо поз (птицы, ляг зайчика); препрыгивани предметы (к набивяни, м бруски; а хво колонне по		<i>Игровые упражнения</i> Передача мяч одну и другу «Не задень».	Подвижная «Не остав полу».	Игра «Затейни
	3 занятие Исто Карпушек» Конспект	День здоровь яте	Жереб			

<p>З Н Е Д Е Л Я П р а в о п р о с е щ е н и е</p>	<p>1 занятие. Пер Занятие №17 Задача и беге «змейк предметами ведение мяча продвижением упражнять в ла дугу, в равно</p>	<p>Ходьба и бег колонна между куб шт.), поста две линии сторонам за в рассыпную бег повтор чередовани</p>	<p>ОРУ с ку</p>	<p>1. В е д е н и е п р я м о м н а п (баскетбольн между предм шт.; рассу предметами становятся в у исходной каждого в 2. Л а з а н ь е п.с Воспитатель две линии Задача присесть, сг в «комочек» дугой, н верхнего кра затем подо следующему Выполняется колоннами. выполнения подойти к об него, потя хлопнуть в головой (обр расстоянии последней ду 3. Р а з в и к.с Ходьба на но головой межд мячами, поло одну лин</p>	<p>Подвижная «Перелет</p>	<p>Игра мал подвижно «Лета летает».</p>
--	--	---	-----------------	---	-------------------------------	---

				(рис. 7). двумя колонн		
2 занятие Педа методи Ефимен «Двигательная деятельность»	Занятие №2 игра (СМИ) «В гости к царю Угольку»	Большая тематическая игра (БТИ)				
3 занятие. Пе занятие №18 Задачи. Упражнять дете изменением тем с высоким подн колен; повтор упражнения с бегом.	Ходьба в ко одному в об по сигналу тателя пере ходьбе с в подниманием затем к ход широкими ша свободной координаци далее ходим семенящим носочках, и чередовани вращают; пе на обычную	ОРУ без предмет	<i>Игровые упражнения</i> 1. «Мяч водят	Подвижная «По мест	Ходьба в колонне одному.	

4 н е д е л я Д е н м а т р и	1 занятие. Первое занятие №19 Задания: жрепляют ходьбы и бега предметами, раз координацию движений ловкость; раз на гимнастический переход с одной другой; повтор упражнения в прыжке равновесие	Ходьба и бег предметами. Стороне зал выполняется «змейкой» мекглями; —нос бег между кили мячами (набивными) и бег враспостроение колонны.	ОРУ без предмета	1. Занятие на гимнастическом переходе на пропе диагональ. 2. Прыжки на ногах чередуя влева попеременно энергично от пола. 3. Ходьба по гимнастическому боком приставна середине руйк вперед, в и пройти дал 4. Бросание степной рукой ловля его по пол двумя ру	Подвижная «Фигуры».	Ходьба в колонне одному.
	2 занятия педагогическая методика Ефимовича «Двигательная деятельность»	БТИ «Солнышко»	СМИ «Сказка о любопытном»			

	3 занятие . Пе занятие №2 0 Задачи Повторить ход изменением на движения; упраж поворотах пры месте; повтор прай и левой предметы; упра выполнении за мячом.	Ходьба с из направлении по об ориентирам; на колонне по сигналу в о выполнение поворотов п направо (на ходьбарисбе сыпную.		<i>Игровые упражнения</i> 1 . « Передай м 2 . « С кочки н	Подвижная « Хитрая л	Игра мал подвижно по выбор детей .
--	--	---	--	---	-------------------------	---

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
ДЕКАБРЬ						
1 Н Е Д Е Л Я Д е н ь и н в а	1 занятие . Пе занятие №2 1 Задачи Учить ходить с различными положениями в рассыпную; в равновесия при усложненной ситуации (боком пристав	Ходьба и бег различными положениями в рассыпную	ОРУ в паре	1 . Равновесие в ходьбе с мешочком на перешагивая набивные мячи на расстоянии метра три шага ребенка свободно бал Выполняется	Подвижная игра « Хитрая л	Ходьба в колонне одному

И Д О В	перешагивание м ловкость в упр мячом			<p>колоннами . 2 . Прыжки на между предме их (кегли, к наибвные мячи) Предметы ста двум сторона Выполняется колоннами— Г энергично от от пола и мя приземляться полусогнутые стараясь не предметы . 3 . Бросание м вверх одной его двурумка Д свободно рас по всему зал произвольном выполняют за 1 2 бросков п небольшая па повторение у</p>		
	2 за методика Ефим «Двигательная деятельность»	БТИ «Солнышко»	СМИ	«Сказка о любопытном		
	3 занятие Пенз №2 2 Задач интерпретировать	Ходьба в к одному, на воспитателя		Игровые упра «Фидине заде «Пас на ходу	Подвижная «Совушка»	Ходьба в колонне одному .

	<p>колонне по одной остановкой по сигналу воспит упрнят детей продолжительн должительност минуты); повт упражнения с прыжках, с мяч</p>	<p>остановиться ноге, слегка вторую ногу сторону дол ходьбы; на «Лягушки!» положив рук колени; на «Зайки!» пр двух ногах Бег в нуомре темпе (прод ость до 1, 5 без останов перед на об ходьбу.</p>		<p>Прыжки на дв через коротк</p>		
<p>2 Н Е Д Е Л Я День геро отеч тва</p>	<p>1 занятие Пенз №23 Задучпражнять ходьбе с измен движения, с ус замедлением, правой и левой попеременно; упражнения в эстафету с мяч</p>	<p>Ходьба в к одному, на воспитателя (медленные бубен или х ходьба ширс свободным переход на ходьбу; на сигнал (час ходьба мелк семенящим руки на поя в рассыпную, колонне по перестроени</p>	<p>ОРУ без пре</p>	<p>1. Прыжки на левой ноге п продавясгь в пер (расстояние 2. Эстафета «Передача мя коло*нне 3. Ползание п ладонях и ко</p>	<p>Подвижная «Салки с ленточкой</p>	<p>Игра мал подвижно «Эхо!».</p>

		колонны.				
2 занятие Педагогика Ефимов «Двигательная деятельность»	Занятие №1 Большая тематическая игра (-БГТИА) (СМИ) «Бабушка зима»					
3 занятие Пенза №2 4 Задания выполнять ходьбе в колонне выполнением задания воспитателю повторить игровые упражнения на прыжках, на в	Ходьба в колонне одному, ходьба в рассыпную; сигнал педагога «Цапля!» остановиться поднять одну согнутую в локте руки за голову держа ее на уровне головы. На «Бабочки!» в рассыпную, помахивая руками «как крылышки». Ходьба и бег чередованием			Игровые упражнения «Пройди урон» «Из кружка в кружок»	Игровое упражнение «Стой!»	Ходьба в колонне одному.

<p>З Н Е Д Е Л Я Ис то ия Ка ра у ше к</p>	<p>1 занятие. Пе Занятие №2 5 Задачи. Повторить ход изменением тем с ускорением и упражнять в п малого мяча, р ловкость и гла упражнять в п животе, еж ирав</p>	<p>Ходьба в кс одному с ус и замедлени движения по воспитателя (широкими свободными коротким, с шагом); бег в рассыпную; чередование бега.</p>	<p>ОРУ с мячо</p>	<p>Подбрасывани правой и лев вверх и ловля руками. 2. Ползание п гимнастическ на жив кв ат р боко-в3 (р2а за). 3. Равн о-ко дв б рейке гимнаст скамейки, пр пятку одной другой, руки на пояс</p>	<p>Подвижна « Попрыгу воробышк</p>	<p>Ходьба в колонне одному.</p>
	<p>2 занятие Пе да методика Ефим « Двигате деятель-Нолетъ»</p>	<p>Занятие №2 Бо (СМИ) «В щ Угольку»</p>		<p>Большая тематическая игра (БТИ) г р</p>		
	<p>3 занятие. Пе занятие №2 6 Зада Учпир а жнять ходьбе и беге одному; в ход остановкой по воспитателя; п задания с мяч в прыжках, на</p>	<p>Ходьба в кс одному, по с воспитателя остановитьс принять-л ж б позу; бег в ходьба в кс одному с ус и замедлени движения.</p>		<p>Игровые упра « Пас на ходу « Кто быстрее « Прой-ние урон</p>	<p>Подвижная « Лягушки ца я ».</p>	<p>Игра ма подвижно выбору. д</p>

<p>4 Н Е Д Е Л Я</p> <p>Проект «Нам прихит Новы год»</p>	<p>1 занятие. Период занятия №2 7 Задача Повторить бег по кругу с другой скоростью ползания по-складке медвежьей тупоугольное равновесие.</p>	<p>Построение проверка ос равенения. Построение в одном, пер ходьбу по к Ходьба и бе на сигнал в «Поворот!» поворачивая кругом и при ходьбе. Затем снова подае команда и дети полняют по остановке д</p>	<p>ОРУ без пр</p>	<p>Ползание по гимнастическ на ладонях и Ходьба по гимнастической скамейке боковыми приставными шагами мешочком на поясе. Прыжки на два мешочка, козла жаты между колен. Ползание по гимнастическ на ладонях и медвежьей тупоугольным способом (в раз).</p>	<p>Подвижная игра «Хитрая лиса»</p>	<p>Игра мал подвижно «Эхо».</p>
	<p>2 занятие Педагогическая методика Ефимов «Двигательная деятельность детей»</p>	<p>Занятие №1 Большая тематическая игра (-БГТИА) (СМИ) «Бабушка зима»</p>				
	<p>3 занятие. Период занятия №2 8 Задача Учить ходить между препятствиями из снега задание «Точный глаз мер при снежков на даль</p>	<p>Ходьба в кругу одному за в между постро снега в сре</p>		<p>Игровые упражнения «Точный пас» «Кто дальше» «По дорожке»</p>		<p>Игра мал подвижно «Эхо».</p>

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
			ЯНВАРЬ			
1 НЕДЕЛЯ						
2 НЕДЕЛЯ						
3 НЕДЕЛЯ Прощ	1 занятие. Перезанятия. Задачи. Повторить ходьбу с выполнением задания — в руках; упражняться в ловкости в упражнении мячом и ползан	Ходьба в колонне одному, по указанию воспитателя — в парах; упражнения в ходьбе и беге в рассыпную.	ОРУ скубика	1. Прыжки в длину (на мат). 2. «Поймай мяч» образуют тройку перебрасывают друг другу (расстояние детьми 2 м), игрок находит	Подвижная игра «Совушка»	Ходьба в колонне одному.

<p>ние Дедо Моро ом</p>	<p>скамейке .</p>			<p>ними и старая мяч или косн Если ему это дети меняютс (рис. 9) . 3. По алние по п четвер, енькдха мяч впереди себя головой более 1 кг) — 6 м.</p>		
	<p>2 занятие Педа методика Ефим «Двигатели деятельности»</p>	<p>Занятие №2 Большая теигра (ЗММ)</p>	<p>«Ватючек» сжрзу (БТМ) н</p>			
	<p>3 занятие. Пе занятия №3 Авторитетом выполнения задания; упражняются в рассыпную скамейке .</p>	<p>Ходьба в к одному, по воспитателя задания — для голову, на ходьба и б рассыпную.</p>	<p>ОРУ скубика</p>	<p>1. Прыжки в дл (на мат) . 2. «Поймайте образуют тро перебрасываю другу (расст детьми 2 м) , игрок находи ними и старая мяч или косн Если ему это дети меняютс (рис. 9) . 3. Ползанием пн четвер, енькдха мяч впереди себя головой</p>	<p>Подвижная «Совушка»</p>	<p>Ходьба в колонне одному .</p>

				более 1 кг) — 6 м.		
4 Н Е Д Е Л Я ПДД Взаимное уважение дорожников	1 занятие. Пенза Занятие № Задача: Повторить бег с изменением направления движения упражняться в по- четвереньках; упражнения на равновесия и	Ходьба в колесном одному с изменением направления движения по указанию воспитателя Ходьба враспылку всему залу; колонне поперестроению колонны.	ОРУ со скак	1. Ползание по гимнастической на ладонях и мешочком на (3 раза). 2. Равновесие на двух скамейкам пар держась за ручки. 3. Прыжки через скакравуичными способами.	Подвижная игра «Пауки и мухи»	Игра мал подвижно выбору д
х- зало безо снос »	2 занятия Карпушек» Конспект	Досуг «Игры для друзей»				
	3 занятия. Пенза Занятие № Задача: Повторить бег с изменением направления движения упражняться в по- четвереньках; упражнения на равновесия и	Ходьба в колесном одному с изменением направления движения по указанию воспитателя Ходьба враспылку всему залу; колонне поперестроению колонны.	ОРУ со скак	1. Ползание по гимнастической на ладонях и мешочком на (3 раза). 2. Равновесие на двух скамейкам пар держась за ручки. 3. Прыжки через скакравуичными способами.	Подвижная игра «Пауки и мухи»	Игра мал подвижно выбору д

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ

Неделя	Задачи	Вводный час	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
			ФЕВРАЛЬ			
1 Н Е Д Е Л Я История Караушек Акция «Доб е серд »	1 занятие. Педагогическое задание № 3. Упражняться в сохранении равновесия при повышенной опоре с помощью выполнения дополнительных упражнений на закрепление навыков энергичного отталкивания в прыжках упражнения в беге развивая ловкость глазомер.	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания в игре «Река». Играть в колонне по сигналу воспитателя «справа!» в поворачивая вправо и вперед. Тот прыгнул в другую сторону считается реку; ему выдана «Халка» в колонне по следующему сигналу.	ОРУ с обручем	1. Равновесие по гимнастической скамейке через набивной шт.; расстояние мячами два шага ребенка). 2. Броски между шеренг рукой, в ловушку руками. 3. Прыжки на месте через короткую палочку (без паузы).	Подвижная игра «Ключи».	Ходьба в колонне по одному.

	2 занятие. Пенза «Карпушек» Конспект	День здоровья «Снежные забавы»				
	3 занятие. Пенза «Звезды» Учить ходить, бежать, бегать, прыгать, выполнять задания по сигналу воспитателя; игровое задание «Шайбой», игровые прыжки.	«Быстро по кругу» (на один метр количества играющих). «Между санками» (сигнал «По быстро садясь», затем любимые санкции). «Успел сесть» (проиграл). «Защита» (повтор)		<i>Игровые упражнения</i> 1. «Точная посылка» 2. «Попрыгунчик»	Подвижная игра «Два Морских волка»	
2 Н Е Д Е Л Я День Рос с к о й на ук	1 занятие. Пенза «Звезды» Упражнять в выполнении упражнений для рук; разучить подскоки (через скакалку); упражнять в прыжках на мяче; повязки; обруч (или под)	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя в носках, руки в стороны, переход на ходьбу, затем подскоки с хлопками на месте; упражнения в прыжках на мяче; повязки; обруч (или под)	ОРУ с палочкой	Прыжки со скакалкой правой и левой ногой попеременно, вперёд. 2. Переброска скакалки двумя руками (баскетбольный мяч). 3. Лазанье по скакалке прямо и боком.	Подвижная игра «Не оставь землю».	Ходьба в колонне по одному.

	2 занятия педагогическая методика Ефимов Физическое развитие дошкольников 7 лет» стр 170	Большая тематическая игра «Мир вокруг нас» (БТИ) «Сигурас и Соми»				
	3 занятия Петнизеу.лаев задачи Упражнять детей в выполнении заданий с игровыми элементами в санках, с клюшкой	Игра «Фигурки» Ходьба в колонне одному в умеренном темпе; бег по площадке, остановиться и показать «фигурку»: зайчика, слона и др. Игра поочередно затем переходить к ходьбе в колонне одному.		Игровые упражнения «Гонки санок» «Пас на клюшке»	Игра «Заткни нос»	
З Н Е Д Е Л Я О з н а м л е и е с Д о н с и м к р а е	1 занятие Пивзулаев задачи Повторить ходьбу в колонне с разной скоростью попеременно подпрыгиванием левой ногой (-подпрыгиванием мешочком гимнастической кулачки) повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на попеременном шаге с выполнением	Ходьба в колонне одному; на воспитателя удары в бубен широким шагом; переобувание обуви частые удары по мячу при ходьбе короче упражнения на сохранение равновесия при попеременном шаге с выполнением	О Р У без препятствий	Лазанье на гимнастической скамейке переходом на пролет (на уровне четвертой ручки) вниз. Равновесие с опорой на одну ногу стоя на параллельных гимнастических скамейках держась за ручки свободная рука опирается на плечо и спину	Подвижная игра «Не попрыгай!»	Ходьба в колонне одному.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные (ПИ)	
			МАЙ			
1 Н Е Д Е Л Я С в е т л у ч и к - ж е н с к и н д е н ь	1 занятие. Педагогические задачи Упражнять детей в беге между препятствиями (пешеходный переход) в сохранении равновесия при ходьбе по поверхности с дополнительными заданиями повторить задание прыжка через обруч	Ходьба в колонне по одному; ходьба между кеглями кубиками (пешеходный переход) на равнорасставленных друг от друга предметах; сохранение дисциплины друг друга и не мешать друг другу бег враспы	ОРУ с мячом	1. Равновесие на скамейке навстречу друг другу, чтобы сохранить равновесие и не упасть со скамейки. Стимулирует воспитателем Одна группа выполняет упражнения равновесия с мячом (бросание мяча одной рукой, руками); дети поле зрения Через некоторое время дети меняются местами 2. Прыжки шеренгами. Начиная с линии выхолят группа детей	Подвижная игра «Ключи».	Ходьба в колонне по одному.

				передвигаться на двух ногах способом ног вместе (дист. Поворот — кир уг сделав шаг линии финиша 3. Эстафета «Передача мя шеренге».		
	2 занятия педагогическая методика Ефимов «Физическое развитие ребенка в дошкольном возрасте» ст	Большая тематическая игра «Мир вокруг (БТИ)» «Сигналы и знаки»	Игры «Посиделки»			
	3 занятия Жулаев «Бегунья» Занятия «Мячи» Повторить упражнения на скорость, прыжками и	«Бегунья» Дети становятся в шеренгу, команда «Маша» на скорость (дистанция		Игры «Прыжки» «Мяч о стенку»	Игра «Сов»	Игра мал подвижно
2 Н Е Д Е Л Я Маслица	1 занятие. Пение «Маша» Упражнения для детей колонне по одному в рассыпную; упражнения в ползании; зада	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Рыбка» (с прыжками) бег в рассыпную	ОРУ с флажками	Прыжки через ковер скакалку, прыжки вперед. Перебрасывание через (веревку) двумя руками после отскока (земли). Ползание, по касаясь руками	Подвижная игра «Затейник» Степаненко	Ходьба в колонне по одному

				(с г р у п п и р о в а к о м о ч е к ») . П р ы ж к и ч е р е з с к а к а л к у ,		
	2 з а н я т и е П е д а г о г и ч е с к а я м е т о д и к а Е ф и м о в а « Д в и г а т е л ь г о р ь а н я д е я т е л ь - 7 н о л е г ь »	Б о л ь ш а я т е м а т и ч е с к а я и г р а (К С М И) « М а ж ь ю н г и »	К р у г л о с в е р л о (Б Т И)	р е с ь	С о с е т у п а д ц и е о п	
	3 з а н я т и е . П е н з а н я т и е « 4 з а н я т и е П е н з а н я т и е У п р а ж н я т ь е д е т ь п р ы ж к а х ; р а з в и в а н и я х с м я ч	И г р а с « М е г о в е с е л ы е . р е б		И г р а « О х о т н и к и	И г р а « Т и х о г р о м к о »	
З Н Е Д Е Л Я В е с е и й д е к а и к П Д Д « Д о р а и д е т и	1 з а н я т и е . П е н з а н я т и е « 4 з а н я т и е П о в т о р и т ь х о д ь в ы п о л н е н и е м з а н о с к а х , р у к у п р а ж н я т ь в м е ш о ч к о в в г о р ц е л ь ; п о в т о р и т ь в п о л з а н и и и р а в н о в е с и я п р и п о в ы ш е н н о й о п	Х о д ь б а в к о о д н о м у ; п о в о с п и т а т е л я з а н о с к а х , р у к у н а г о л о в у ; н а е р о б ы ч н у ю х о д ь б а в п о р у к и н а к о л о д ь б а и б е о в р а с с ы п н у ю .	О Р У с п а л к о й	1 . М е т а н и е в м е г о р и з о н т а л ь н 2 . П о л з а н и я н а п р а в л е н и и ч е т в е р е н ь к а х б ы с т р е е ») , 3 . Р а в н о в е с и я с м е ш о ч к о м н а р у к и с в о б о д н о б а л а н с и р у ю т (п о я с) .	П о д в и ж н а « В о л к в о	Х о д ь б а в к о л о н н е о д н о м у з в о л к о м , к о т о р ы й п о й м а л б о л ь ш е е к о л и ч е с т
	2 з а н я т и е П е д а г о г и ч е с к а я м е т о д и к а Е ф и м о в а « Д в и г а т е л ь г о р ь а н я	Б о л ь ш а я т е м а т и ч е с к а я и г р а (С М И) « П р ы ж к л ю ч е н и я ц в е т н ы х к а р а н д а ш е й н а б о	У с к а н я ч и с к а (Б Т И)	и с	д у а ж и о - и п р и	

	деятель «Ослен» 6					
	3 занятие. Пенза № 45 Задача: учить бегать с прыжками, с мячом	« Кто скорее »		<i>Игровые упражнения</i> « Пас ногой ». « Ловкие зайцы »	« Подвижная » « Горелки »	Игра « Эх »
4 Н Е Д Е Л Я И с т о и я к а р а ш е к О з н а о м л е и е с Д о н с и м к р а е	1 занятие в лагере № 46 Задача: повторить задание « Равновесие »	Ходьба в колонне по одному; игра « Равновесие »	О Р У без пре	1. Лазанье на гимнастическом бревне (2—3 раза). 2. Равновесие на прямой с перекладинами через набивные мячи, разложенные на расстоянии от ребенка, по правой и левой руке 3 р а з 3. Прыжки на левой и д у предметами (набивные мячи) расстояние между предметами 4	Подвижная « Совушка »	Игра мал подвижно в выборе д
	2 занятие « Карпушек » Конспект	День тридцать	« Вот что значит настоящий, верный »			
	3 занятие. Пенза № 47 Задача: повторить задание « Перебежки »	Игровое упражнение « Салки перебежки »		Игровые упражнения « Передача мяча »	Подвижная Игра « Горелки »	Игра мал

	упражнения с б прыжках и с мя			колонок «Уед» о. ч (ка » прыжками)		подвижно выбору д
--	----------------------------------	--	--	---------------------------------------	--	----------------------

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			АПРЕЛЬ			
1 Неделя ДЕНЬ Л ДЕНЬ с мех	1 занятие. Пе Занятие № Задача: и упражнение в упражнения на прыжках, с мя	Игра «Быстро возьми». Ходьба по односторонней ходьба вокруг (кубиков на меньше колесиков детей); бег ходьбу. Воспитатель говорит: «Быстро возьми!» Ка ребенок дол быстро взять	ОРУ с мя	Равновесие на гимнастическом на каждый шаг мяч перед собой спиной. Прыжки на дв вдоль шнура, вперед. Переброска м шеренгах	Подвижная игра «Хитрая лиса» Ходьба в колонне одному	

		Тот, кто ос кубика, счи игравшим. П 3—4 раза.				
2 занятие Педа методика Ефим «Двигатели деятель-Нолетъ»	Ф. 3 № 0 уходит» время	Ф. 3 № 0 уходит» время	Живая Ситра (Б Тиграж (М			
3 занятие. Пе Занятие №4 Задача упражнение с задания с мяч прыжками.	Игровое зад «Быстро в Играющие ст в три шерен сторонам за (площадки) друг к друг На сигнал п «Беги!» раз кружатся в стороны. На сигнал «Быс шеренгу!» к ребенок дол быстро найт место в шер Повторить 3		Игровые упра «Перешагни задень» «Скочки на	Подвижная «Охотники утки».	Игра мал подвижно «Великан гномы».	

2 Н Е Д Е Л Я Д е н ь а в и а и и к о с м н а в т и	1 занятие. Пенза Занятие №1 Задача: Повторить упражнения в хоре упражнять детей прыжках в длину перебрасывании другому	Ходьба и беговые упражнения по колонне по одному с переходом на круг с поворотом в другую сторону по сигналу «Поворот!» * бег в колонне по одному; ходьба в рассыпную	ОРУ с обручем	Прыжки в длину Броски мяча в парах Ползание на коленях — «Кто быстрее кубика».	Подвижная игра «Мышелов»	Ходьба в колонне по одному.
	2 занятие Педагогика Ефимов «Двигательная деятельность человека»	Занятие №2 Большая теория жонглирования (СМИЖ) «Знакомство с белками»		Ватичежростуафра (иБТри)		
	3 занятие. Пенза Занятие №3 Задача: Повторить задание с ходьбой и прыжками мячом, в прыжках	«Слушай сигнал» Ходьба в колонне по одному, на «Поворот!» в другую сторону продолжение (поворот в рассыпную, «Стоп!» Упражнения и беге чередование			Игровые упражнения «Пас ногой». «Пингвины».	Подвижная игра «Горелки»
3 Н Е Д Е Л Я	1 занятие. Пенза Занятие №2 Задача: Повторить упражнения в колонне по одному	Построение перестроение колонну по ходьба в колонне по одному	ОРУ без предметов	Метание мяча «Кто дальше бросит». Ползание по коленкам	Подвижная игра «Затейники»	Ходьба в колонне по одному.

<p>построении в по два); в мет на дальность, равновесии</p>	<p>по одному. По педагога пе в пары (кол два); ходьб по одному; бег в рассып</p>		<p>гимнастическ на четвереньк мешю ом на спи Ходьба боком шагом с мешо головверешаги предметы. Прыжки на ,дв) продвигаясь быстрее до п</p>		
<p>2 занятие Педа методика Ефим «Двигачи горвяню деятель-7нолетъ» 6</p>	<p>Занятие №2 Большая те (СМИЖи жнь весенних стебельков</p>	<p>Ватичежр Ситнуагри (иБТри)</p>			
<p>3 занятие. Пе заняти5йе № ЗадаПчюив торить скорьсступражня заданиях с пр равновесии.</p>	<p>Ходьба в кс одному; бег по одному. «Перебежки» исходную ли становится группа оддентуе шеренгу. За прыгнет» быстро добе линии финиц (дистан-Щбям Опреде тся победитель, приглашаетс группа йде Повтор3и тья 32</p>	<p>Игровые упражнен «Прой-дие задень». «Кто дал прыгнет» «Пас ног «Поймай</p>	<p>1. Прыжки в дл (на мат). 2. «Пойма дие тмя образуют тро перебрают мяч другу (расст детьми 2 м), игрок находи ними и стара мяч или косн Если ему это дети меняютс (рис. 9). 3. Ползание п четвереньк ждтха мяч впереди себяовой (ве более 1 кг)---</p>	<p>Подвижна малой подвижнс «Тих-Фромк</p>	<p>Ходьба в колонне одному.</p>

				б м.			
4 неделя	История КАРАПУШЕК	1 занятие. Пенз Занятие № Задача История торить делать жю бег с выполне упражнения в равн прыжках и с мя	Игровое зад местам». Иг делать жю бег с выполне упражнения в равн прыжках и с мя	ОРУ на гимнасти скамейк	Бросание мяча Прыжки Равновесие Бросание Прыжки Равновесие	Подвижная «Салки с ленточкой	Ходьба в колонне одному.
		2 занятие. И Карпушек» Конспект	День дружбы				
		3 занятие. Пенз Занятие № Задача История торить делать жю бег с выполне упражнения в р	Игровое зад места делать жю бег с выполне упражнения в р	ОРУ на гимнасти скамейк	Бросание шеренгах. Прыжки в разбега. Равновесие	Подвижная «Салки с ленточкой	Ходьба в колонне одному.

	прыжках и с мя	В центре ка круга кубик своего цвет запомнить с и цвет куби первый сигн разбегаются второй сигн ребеднужен свое мжерсутгоу Игра повт-в раза .		ходьба на н предметами с на головеб (пбр ед расстояние предметами Главное —пр ой сохраняя рав уронив п		
--	----------------	--	--	--	--	--

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ

Неделя	Задачи	Вводная ч	Основная часть			Заключит ая час
			Общеразв щие упражне (ОРУ)	Основные дв	Подвижные (ПИ)	
МАЙ						
1 неделя ПОБЕДН МА	1 занятие. Пенз Занятие № ЗадПовторить упражнения в в равновесии ходьбе по пов опоре; в прыжк продвижем впер одной ногое; в	Ходьба в к одному, по воспитателя строение в ходу движен остановки); в рассыпную.	ОРУ с об	Равнов-сходь ба гимнастическ перед а в а я е р е и за спиной шаг. В конце сойти, не пр Прыжки с ног продвигаясь	Подвижная « Совушка »	Игра ойма подвижно « Великан гномы » .

	малого мяча о			(дистанция 1		
				Броски малог стену и ловл отскока, - с д тельными зада		
	2 занятие Педа методика Ефим « Двигачи горвя деятели-Нолсгть»	Занятие №2 Большая те «Куда уходит время		Жизнь Ситуации-игра	Т(И)М	
	3 занятия е е Пæ н з Занятия № Зада Учпир а ж н я т ь продолжительн развивали в в о ы с т о ь развивать точн при переброске другу в движен в прыжках чере скакалку и т повт упражнение в р дополни т з е а л ь а н н ы м	Ходьба в ко одному, пер бег в средн (продолжите до 2 минут) на ходьбу; бег .		Игровые упражнения « П а с н а х о д у » « Б р о с о ь и м а й » Прыжки через скакалку .	Игра по в детей .	
2 не Дее л н ь семьи История ка	1 занятие . Пе н Занятия № Зада Учпир а ж н я т ь ходьбе и беге темпа движения длину с места ; упражнения с м	Ходьба в ко одному; ход сменной темп движения ш педагога ; х в рассыпную .	ОРУ с м	Прыжки в дли . Ведение мяч рукой, продв шагом (ди- Пролезание в и боком, не пола и не ка края об-ураз	По щ и ж н а я « Горелки »	Игра мал подвижно « Л е т а е т летает » .

	2 занятия «Карпушек» Конспект	День рождения				
	3 занятие. Перенос занятия №5 9 Задачи: а) жнуть ходьбе и беге заданий; повторения упражнения в прыжках	Ходьба в колонне одному, ходьба высоким под колен (как в медленно ходьба мел семенящим шагом, рук (как мышки чередовани в рассыпную		Игровые упражнения «Ловкие прыжки» «Проведи мяч» «Пасуй друг другу»	Игра «Мышелов»	Ходьба в колонне одному.
3 недели Выпуск детей						
	МОНИТОРИНГ					
4 недели Выпуск детей						
	МОНИТОРИНГ					

3.3 Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы.

Образовательной программы является составной частью образовательной программы. Система мониторинга обеспечивает комплексный подход к оценке на протяжении всего периода обучения, позволяя осуществлять оценку динамики достижений детей.

Методика организации бросания мяча в соответствии с реализуемой Программой детьми, анализ и т.д.)

Оценка физических качеств

В качестве тестовых заданий предлагаются:

Для средней группы:

- Бег на 30 м мальчики - 8,7 с, 5
девочки - 8,8 с, 7
- Бег на 10 м мальчики - 5,3 с, 3
девочки - 5,7 с, 4
- Прыжок в длину с места мальчики - 60 см.
девочки - 50 см, 55
- Бросание набивного мяча (1 кг) мальчики - 117 см.
девочки - 178 см.
- Метание мешочка мальчики - 2,3 с, 4 м, лев. р.
девочки - 3,4 с, 4 м, прав. р.
1,8-2,8 с лев. р.

Для старшей группы:

- Бег на 30 м мальчики - 7,9 с, 9, 2
девочки - 8,3 с, 9, 8
- Бег на 10 м мальчики - 5,1 с, 2
девочки - 2,2 с, 2, 7
- Прыжок в длину с места мальчики - 100 см.
девочки - 104 см, 5
- Метание мешочка весом 200 г мальчики - 3,9 м, лев. р.
девочки - 4,4 м, 3, 0 прав. р.
2,4-3,5 м лев. р.
- Метание набивного мяча (710 кг) мальчики - 187 см.
девочки - 221 см, 138

Для подготовительной группы:

- Бег на 30 м мальчики - 7,0 с, 7, 8
девочки - 7,5 с, 7, 8

- Бег на 10 м мальчики-2, 0 с. 2, 2
девочки-2, 2 с. 2, 4
- Прыжок в длину с места мальчики 1 1 6
девочки-1 2 0 см. 1 1 1
- Метание набивного мяча мальчики 3 5 0
девочки-3 2 0 см. 2 4 0
- Метание мешочка мальчики 5,8-6, 0 м. лев. р.
девочки 4, 6 м. 4. пр. р.
3,8-4, 4 м. левая р.

Диагностика проводится на основе материалов системы мониторинга дошкольного образования в Ярославской области: Гаррифонова И. В., Алешин А. Г., Арушановой А. Г. и другими. (программный комплекс «Дреитсетрвиой» рСеибсетнеомка задания получает определенное количество баллов, которые введем сумм

По результатам анализа диагностические карты физической культуры планируется дальнейшая работа.