

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Чебурашка» г. Волгодонск

Рассмотрено:
на заседании методического совета
МБДОУ ДС «Чебурашка» г. Волгодонска
Протокол от 30.08.2024 года, № 1

УТВЕРЖДАЮ: Заведующий МБДОУ ДС
«Чебурашка» г. Волгодонска
Приказ от 30.08.2024 года, № 146
_____/ И.В Попова /
(печать, подпись)

Рабочая программа инструктора по физкультуре
Кишко Вера Николаевна
составлена на основе ФОП ДО и ФГОС ДО, соотнесена с образовательной
программой МБДОУДС «Чебурашка»

Возраст обучающихся от 3 до 7 лет

Учебный год 2024-2025

Содержание

1 ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовая база

Цель программы

Общие задачи программы

Принципы и подходы к формированию рабочей программы

Характеристика детей и групп ДОО

Срок реализации программы

1.2 Возрастные особенности физического развития детей 3-7 лет

1.3. Планируемые результаты освоения рабочей программы

1.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Оценка темпов прироста физических качеств дошкольников

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Задачи образовательной деятельности ОО Физическое развитие.

2.2. Содержание образовательной деятельности

2.3. Перспективное планирование образовательной деятельности

2.4. Интеграция с другими образовательными областями

2.5. Образовательная деятельность в режимных процессах (ОО Физическое развитие)

Расписание физкультурных занятий

2.6. Условия, способы и приемы поддержки детской инициативы

2.7. Работа с родителями (законными представителями)

Деятельность инструктора по физкультуре по построению взаимодействия с родителями (законными представителями)

План работы с родителями на 2024- 2025 учебный год

2.8. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (КРР)

Категории целевых групп обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения

2.9. Рабочая программа воспитания ОО Физическое развитие

2.10. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Психолого- педагогические условия реализации Федеральной программы

3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Наполняемость РППС спортивного зала, спортивной площадки ДОО

3.3. Технические средства обучения

3.4. Методическое обеспечение

3.5. Режим двигательной активности

Приложение

Перечень музыкальных произведений для выполнения музыкально-ритмических движений

Циклограмма мероприятий МДОУДС «Чебурашка» 2024-2025 у.г

1 ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовая база	<p>Федеральная образовательная программа дошкольного образования (приказ Министерства просвещения РФ № 1028 от 25 ноября 2022 года)</p> <p>Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства просвещения РФ № 1022 от 24 ноября 2022 года)</p> <p>Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17 октября 2013 года), с изменениями №31 от 21 января 2019 года.</p> <p>Пункт 5 Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных духовно-нравственных ценностей. Указ Президента РФ № 809 от 9 ноября 2022 года</p> <p>Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.</p> <p>Федеральный закон от 24 сентября 2022 н. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»</p> <p>Постановление Правительства Российской Федерации от 17 января 2023 г №33 «О внесении изменений в Положение о Всероссийском физкультурно-оздоровительном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)</p> <p>Постановление №28 от 28 сентября 2020 года (СП 2.4.3648-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»</p> <p>Постановление №2 от 28 января 2021 года (СанПиН 1.2.3685-21) «Санитарные правила и нормы «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»</p>
Цель программы	- разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно- нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций
Общие задачи программы	<ul style="list-style-type: none">- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа- жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

	<ul style="list-style-type: none"> - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; - обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности; - обеспечение психолого- педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности; - достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования. 							
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<ul style="list-style-type: none"> - полноценное проживание ребенком всех этапов детства (раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития; - построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования; - содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершенно летних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей, а также педагогических работников (далее вместе-взрослые); - признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений; - поддержка инициативы детей в различных видах деятельности; - сотрудничество ДОО с семьей; - приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства; - формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности; - возрастная адекватность ДО соответствии условий, требований, методов возрасту и особенностям развития). 							
Характеристика детей и групп ДОО	<p>Характеристика воспитанников на <u>2024-2025</u> учебный год:</p> <p>Общее количество детей <u>138</u> человек <u>56</u> девочек <u>40</u> % <u>82</u> мальчиков <u>60</u> %</p> <table border="1" data-bbox="432 1451 1554 2072"> <tr> <td data-bbox="432 1451 979 1720"> Младшая группа №5 Девочек <u>4</u> Мальчиков <u>15</u> Дети с 1 группой здоровья <u> </u> чел Дети со 2 группой зоровья <u> </u> чел Дети с 3 группой здоровья <u>0</u> чел </td> <td data-bbox="979 1451 1554 1720"> Средняя группа №1 Девочек <u>7</u> Мальчиков <u>13</u> Дети с 1 группой здоровья <u> </u> чел Дети со 2 группой зоровья <u> </u> чел Дети с 3 группой здоровья <u>0</u> чел </td> </tr> <tr> <td data-bbox="432 1720 979 1989"> Подготовительная группа №11 лого Девочек <u>2</u> Мальчиков <u>10</u> Дети с 1 группой здоровья <u>0</u> чел Дети со 2 группой зоровья <u>12</u> чел Дети с 3 группой здоровья <u>0</u> чел </td> <td data-bbox="979 1720 1554 1989"> Средняя группа №3 Девочек <u>11</u> Мальчиков <u>8</u> Дети с 1 группой здоровья <u> </u> чел Дети со 2 группой зоровья <u> </u> чел Дети с 3 группой здоровья <u> </u> чел </td> </tr> <tr> <td data-bbox="432 1989 979 2072"> Подготовительная группа №6 лого Девочек <u>2</u> </td> <td data-bbox="979 1989 1554 2072"> Подготовительная группа №10 Девочек <u>9</u> </td> </tr> </table>		Младшая группа №5 Девочек <u>4</u> Мальчиков <u>15</u> Дети с 1 группой здоровья <u> </u> чел Дети со 2 группой зоровья <u> </u> чел Дети с 3 группой здоровья <u>0</u> чел	Средняя группа №1 Девочек <u>7</u> Мальчиков <u>13</u> Дети с 1 группой здоровья <u> </u> чел Дети со 2 группой зоровья <u> </u> чел Дети с 3 группой здоровья <u>0</u> чел	Подготовительная группа №11 лого Девочек <u>2</u> Мальчиков <u>10</u> Дети с 1 группой здоровья <u>0</u> чел Дети со 2 группой зоровья <u>12</u> чел Дети с 3 группой здоровья <u>0</u> чел	Средняя группа №3 Девочек <u>11</u> Мальчиков <u>8</u> Дети с 1 группой здоровья <u> </u> чел Дети со 2 группой зоровья <u> </u> чел Дети с 3 группой здоровья <u> </u> чел	Подготовительная группа №6 лого Девочек <u>2</u>	Подготовительная группа №10 Девочек <u>9</u>
Младшая группа №5 Девочек <u>4</u> Мальчиков <u>15</u> Дети с 1 группой здоровья <u> </u> чел Дети со 2 группой зоровья <u> </u> чел Дети с 3 группой здоровья <u>0</u> чел	Средняя группа №1 Девочек <u>7</u> Мальчиков <u>13</u> Дети с 1 группой здоровья <u> </u> чел Дети со 2 группой зоровья <u> </u> чел Дети с 3 группой здоровья <u>0</u> чел							
Подготовительная группа №11 лого Девочек <u>2</u> Мальчиков <u>10</u> Дети с 1 группой здоровья <u>0</u> чел Дети со 2 группой зоровья <u>12</u> чел Дети с 3 группой здоровья <u>0</u> чел	Средняя группа №3 Девочек <u>11</u> Мальчиков <u>8</u> Дети с 1 группой здоровья <u> </u> чел Дети со 2 группой зоровья <u> </u> чел Дети с 3 группой здоровья <u> </u> чел							
Подготовительная группа №6 лого Девочек <u>2</u>	Подготовительная группа №10 Девочек <u>9</u>							

	Дальчиков <u>9</u> Дети с 1 группой здоровья <u>0</u> чел Дети со 2 группой зоровья <u>11</u> чел Дети с 3 группой здоровья <u>0</u> чел	Мальчиков <u>10</u> Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой зоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья <u>0</u> чел
	Подготовительная группа №8 Девочек <u>12</u> Дальчиков <u>10</u> Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой зоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел	
Срок реализации программы	Срок реализации программы <u>2024-2025</u> учебный год (1 сентября - 31 августа)	

1.2 Возрастные особенности физического развития детей 3-7 лет

Возраст 3-4 года	<p>На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают всё более преднамеренный характер. Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за воспитателем, когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.</p>
Возраст 4-5 лет	<p>Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё</p>

это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

Возраст 5-6 лет

Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

Возраст 6-7 лет	<p>Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фразы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.</p>
------------------------	---

1.3. Планируемые результаты освоения рабочей программы

К четырем годам	<ul style="list-style-type: none"> -ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям(бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм; -ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку; -ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе; -ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о фактах, положительно влияющих на здоровье; -ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения
К пяти годам	<ul style="list-style-type: none"> -ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности -ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

	<p>-ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие привлечь внимание взрослого в случае недомогания.</p>
К шести годам	<p>-ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;</p> <p>-ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявлять творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;</p> <p>-ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;</p> <p>-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;</p> <p>-ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих.</p>
Планируемые результаты на этапе завершения освоения программы (к концу дошкольного детства)	<p>-у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;</p> <p>-ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;</p> <p>-ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;</p> <p>-ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;</p> <p>-ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;</p> <p>-ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;</p> <p>-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;</p> <p>-ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;</p> <p>-ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям.</p>

1.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика проводится для определения эффективности педагогических действий и их дальнейшего планирования.

Периодичность проведения диагностики определена ДОО и проводится 2 раза в год: на начало учебного года (стартовая диагностика) в сентябре и на конец учебного года (заключительная) в мае.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится в произвольной форме на основе:

метода наблюдения- дети 3-7 лет;

метода тестирования с фиксацией количественных показателей - дети 4-7 лет.

На каждого ребенка заводится индивидуальная карта развития.

На каждую группу оформляется сводная ведомость.

Метод тестирования с фиксацией количественных показателей.

Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

Контрольное упражнение	Условия тестирования	Средний результат *
Бег.	<p>С дошкольниками проводят бег на дистанцию 10-20-30м, фиксируется время пробегания дистанции и отмечаются качественные особенности бега у каждого из детей.</p> <p>По команде "Марш!" дети с высокого старта бегут до флажка который размещается на 2-3м дальше финишной линии. Это предупреждает снижение скорости перед финишем.</p> <p>С началом движения ребёнка включается секундомер.</p> <p>Останавливается он после пересечения ребёнком линии финиша.</p> <p>Поочередно пробегают дистанцию все дети. Затем даётся вторая попытка, в которой дети бегут в том же порядке, в котором бежали в первый раз. В протоколе фиксируется время бега в каждой из попыток, а также записываются качественные особенности положений туловища, координации рук и ног, "полёта", прямолинейность бега у каждого из детей.</p>	<p>3-4 года 10 м, без норматива</p> <p>4-5 лет 20 м 6.0-6.5 с.</p> <p>5-6 лет 30 м. 9,5-7,5с.</p> <p>6-7 лет 30 м.7,5- 6,5 с.</p>
Метание на дальность.	<p>Обследование дальности метания производится на асфальтовой дорожке, шириной 3м и длиной 15-20м. Дорожка побуждает к большей точности броска в заданном направлении.</p> <p>Предварительно она размечается (мелом) поперечными линиями через каждые 0,5м. На концах линии с обеих сторон дорожки ставятся порядковые цифры, отражающие число метров от линии броска. Размеченное расстояние должно быть в полтора раза больше среднего возрастного показателя дальности метания.</p> <p>Предварительно всем детям объясняется задание, младшим - показывается, как нужно выполнять. Ребёнок производит три броска каждой рукой, замер осуществляется после каждого броска. Вес мешочка 200 г. В протоколе наряду с количественными отмечаются и качественные показатели отдельных элементов техники движения: исходное положение вполборота к направлению метания; наличие замаха; перенос центра тяжести во время замаха на стоящую сзади полусогнутую ногу; перенос центра тяжести на стоящую впереди ногу во время броска; энергичный бросок с последующим сопровождением</p>	<p>3-4 года 2-5 м.</p> <p>4-5 лет 3.5-5.5 м.</p> <p>5-6 лет 5-9 м.</p> <p>6-7 лет 6-12 м.</p>

	рукой предмета (мешочка).	
Прыжок в длину с места.	<p>Для проведения прыжков в зале на пол кладется мат и рулетка. Для повышения активности и интереса детей на определённом расстоянии (чуть дальше среднего результата детей группы) размещаются три флажка, детям предлагается прыгнуть до самого дальнего из них. Замеряют результаты от носков ног в начале прыжка до пяток в конце прыжка. Прыжок выполняется три раза, фиксируется лучшая попытка.</p> <p>Тестирование можно провести на спортивной площадке. Прыжок выполняется в заполненную песком яму ил на взрыхлённый грунт. Дети выполняют прыжок по очереди. Каждый ребёнок выполняет три прыжка подряд без интервалов. Детям младшего дошкольного возраста перед началом прыжков необходимо показать движения. Старшие дошкольники прыжок выполняют самостоятельно. Измерение длины прыжка производится от линии отталкивания до места приземления пятки с точностью до 1 см. В протокол заносятся результаты всех трёх попыток, в обработку берётся лучший результат.</p> <p>Качественные показатели прыжка в длину с места фиксируются по основным элементам движения: подготовка к прыжку - туловище слегка наклонено вперёд, руки в меру отведены назад; отталкивание - энергичный толчок одновременно двумя ногами, взмах руками вперёд-вверх в момент отталкивания; полет - в начале полёта ноги согнуты, перед приземлением выносятся вперёд; приземление - мягкое приземление на прямые ноги с перекатом с пятки на носок, сохранение равновесия.</p>	<p>3-4 года 40 см</p> <p>4-5 лет 70 см.</p> <p>5-6 лет 80 см.</p> <p>6-7 лет 100 см.</p>

* Средние показатели взяты из Программы «Детство»

Результаты тестирования заносятся в индивидуальную карту развития.

Оценка темпов прироста физических качеств дошкольников производится по формуле В. Усакова.

$$W = \frac{100(V_2 - V_1)}{\frac{1}{2}(V_1 + V_2)}$$

W - прирост показателей (%), V₁ - исходный уровень, V₂ - конечный уровень

до 8% (прирост за счет естественного роста) - неудовлетворительно (2 балла);

8-10% (прирост за счет естественного роста и роста естественной двигательной активности) - удовлетворительно (3 балла);

10-15% (прирост за счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания) — хорошо (4 балла);

свыше 15 % (за счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений) — отлично (5 баллов)

Сведения цифрами заносятся в сводную ведомость

По анализу полученных данных выстраивается взаимодействие с детьми: планируется индивидуальная работа, по показателям составляются индивидуальные образовательные

маршруты как для успешного освоения образовательной Программы, так и для развития способностей одаренных детей.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Задачи образовательной деятельности ОО Физическое развитие.

Возраст	Задачи образовательной деятельности
3-4 года	<p>-обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;</p> <p>-развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал</p> <p>-формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;-укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;</p> <p>-закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни</p>
4-5 лет	<p>-обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;</p> <p>формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве</p> <p>-воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений. Продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта</p> <p>-укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <p>формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности</p>
5-6 лет	<p>-обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристические навыки;</p> <p>развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику, ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость</p> <p>-воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;</p>

	<p>воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;</p> <p>продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представление о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов</p> <p>-укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического развития;</p> <p>расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;</p> <p>воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристических прогулок и экскурсий</p>
6-7 лет	<p>-обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристические навыки;</p> <p>развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую и крупную моторику, ориентировку в пространстве, самоконтроль, самостоятельность, творчество;</p> <p>поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимоотношение в команде</p> <p>-воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о различных видах спорта</p> <p>-сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристических прогулок и экскурсий.</p> <p>Воспитывать бережное заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям</p>

2. 2. Содержание образовательной деятельности

Содержание	Описание
Основная гимнастика	<p>Основные движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> -бросание, катание, ловля, метание -ползание, лазание -ходьба -бег -прыжки -упражнения в равновесии -музыкально- ритмические движения (ритмическая гимнастика) -строевые упражнения
Общеразвивающие упражнения	<ul style="list-style-type: none"> -упражнения для кистей рук, развитие и укрепление мышц плечевого пояса -упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника -упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного

	пресса -музыкально-ритмические упражнения
Подвижные игры	Сюжетные и несюжетные подвижные игры
Спортивные упражнения	Санки, велосипед
Формирование основ ЗОЖ	Первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья. Соблюдение правил безопасности в двигательной деятельности
Активный отдых	Физкультурный досуг (1-2 раза в месяц), день здоровья (1 раз в квартал)

2.3. Перспективное планирование образовательной деятельности

Перспективный план обучения

Перспективный план для детей 3-4 лет

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ №1

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми младшей группы» Л.И.Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2—3 минуты	10—12 минут			2—3 минут
СЕНТЯБРЬ						
1 неделя	День знаний МОНИТОРИНГ Акция «Внимание, дети!» по ПДД		-			
2 неделя	МОНИТОРИНГ История Донского края					

3 недели Летние подвижные игры	<p>Занятие №1 Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях, учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесии. (стр.23Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий.</p>	<p>Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении, проводится игра «Пойдем в гости»</p>	<p>Без предмета</p>	<p>1.Ходьба между двумя линиями 2.» Пройдём по дорожке»</p>	<p>«Беги ко мне».</p>	<p>Ходьба стайкой за воспитателем.</p>
	<p>Занятие №2 Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях, учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесии. (стр.23Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий.)</p>	<p>Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении, проводится игра «Пойдем в гости»</p>	<p>Без предмета</p>	<p>1.Ходьба между двумя линиями 2.» Пройдём по дорожке»</p>	<p>«Беги ко мне».</p>	<p>Ходьба стайкой за воспитателем.</p>
	<p>Занятие №3 На улице Повторение пройденного материала</p>			<p>Игровые упражнения на равновесие</p>	<p>«Найди свой домик»</p>	

4 неделя День дошкольного работника	Занятие №4 Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	Ходьба и бег всей группой «стайкой» за воспитателем	«Мама, Папа, Я – спортивная семья»	Прыжки на двух ногах на месте.	Игровое задание «Птички».	Игровое задание «Найдем птичку».
	Занятие №5 Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя выполнять задания	С мячом «У бабули в огороде»	Прокатывание мячей. «Прокати и догони».	«Кот и воробышки».	Ходьба в колонне по одному.
	Занятие №6 На улице Повторение пройденного материала			Игровые упражнения с мячом	«Пузырь», «Мой веселый звонкий мяч»	

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
ОКТАБРЬ						
1 неделя Неделя экологического	Занятие №7 Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур. (стр.28 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба и бег по кругу	С кубиками. «Собираем урожай»	Ползание с опорой на ладони и колени. В игровой форме: «Доползи до погремушки».	«Быстро в домик».	Игра «Найдем жучка».

	<p>Занятие №8 Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. (стр.28 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, бег в колонне по одному и в рассыпную.</p>	<p>ОРУ без предметов</p>	<p>1.Равновесие «Пойдем по мостику». 2.Прыжки.</p>	<p>«Догони мяч»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.</p>
	<p>Занятие №9 Повторение пройденного материала</p>			<p>Игровые упражнения с мячом</p>	<p>«Догони меня»</p>	
<p>2 неделя История Донского края / казачьи игры</p>	<p>Занятие №10 Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. (стр.28 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, бег в колонне по одному и в рассыпную.</p>	<p>ОРУ без предметов</p>	<p>1.Равновесие «Пойдем по мостику». 2.Прыжки.</p>	<p>«Догони мяч»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.</p>

	<p>Занятие №11 Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. (стр 29 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)</p>	<p>Ходьба и бег по кругу</p>	<p>ОРУ Без предметов</p>	<p>1.Прыжки из обруча в обруч. 2.«Прокати мяч».</p>	<p>«Ловкий шофер»</p>	<p>Игровое задание «Машины поехали в гараж».</p>
	<p>Занятие № 12 На улице Повторение пройденного материала</p>			<p>Игровые упражнения на равновесие</p>	<p>«Беги ко мне»</p>	
<p>3 неделя День отца, экологическое воспитание</p>	<p>Занятие №13 Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. (стр. 30 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, в рассыпную, по всему залу. По сигналу педагога: «Стрекозы» — бег, помахивая руками, как «крылышками»; переход на обычную ходьбу. На следующий сигнал: «Кузнечики» — прыжки на двух ногах — «кто выше»</p>	<p>ОРУ С мячом</p>	<p>1.Игровое упражнение «Быстрый мяч». 2.Игровое упражнение «Проползи — не задень».</p>	<p>«Зайка серый умывается».</p>	<p>Игра «Найдем зайку».</p>

	Занятие №14 Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. (стр. 30 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба в колонне по одному, в рассыпную, по всему залу.	С мячом	1.Игровое упражнение «Быстрый мяч». 2.Игровое упражнение «Проползи — не задень».	«Зайка серый умывается».	Игра «Найдем зайку».
	Занятие №15 На улице Повторение пройденного материала			Игровые упражнения с мячом	« Пузырь»	
4 неделя История карапушек	Осень, Осень в гости просим (проектная деятельность)					

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

5/1 неделя День Народного единства История Донского Края	Занятие №16 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии. (стр.31-32 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба в колонне по одному по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; бег по кругу также с поворотом. Ходьба и бег проводятся в чередовании, темп упражнения умеренный.	ОРУ со стульчиками	1.Ползание «Крокодильчики» 2.Равновесие «Пробеги — не задень»	«Кот и воробышки»	Ходьба в колонне по одному за самым ловким «КОТОМ».
	Занятие №17 На улице Закрепление пройденного материала				Игровые упражнения с мячом, на равновесие	«Мой веселый звонкий мяч»

2 неделя История карапушек. ПДД «Безопасная дорога – детям»	Занятие №19 Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча другу, развивая координацию движений и глазомер (стр.34 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба в колонне по одному Бег, руки в стороны. Ходьба и бег чередовании	Общеразвивающие упражнения с обручем.	1.Прыжки «Через болото». 2.Прокатывание мячей «Точный пас»	Подвижная игра «Мыши в кладовой»	Игра «Где спрятался мышонок?».
	Занятие № 20 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения на равновесие	«Догони мяч», «Наседка и циплята»	
3 неделя Международный день Толерантности. Народные подвижные игры	Занятие № 21, №22 Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании .(стр.35-36 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба по кругу. После ходьбы выполняется бег по кругу с начало в одну, а затем в другую сторону.	Общеразвивающие упражнения	1.Игровое задание с мячом «Прокати - не задень». 2.«Проползи - не задень»	Подвижная игра «По ровненькой дорожке».	Ходьба в колонне по одному или игра малой подвижности по выбору детей.

	Занятие № 23 на улице Повторение пройденного материала			Игровые упражнения с прыжками	«Кот и мыши», «Найди свой домик	
4 неделя Правовое просвещение	Занятие № 24, №25 Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии. (стр.37 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, бег в колонне по одному. Переход на бег по сигналу воспитателя и снова на ходьбу. Ходьба проводится в чередовании	Общеразвивающие упражнения с флажками.	1.Ползание. Игровое задание - «Паучки». 2.Равновесие	Подвижная игра «Поймай комара»..	Ходьба в колонне по одному за «комаром».
	Занятие № 26 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения с мячом	«Пузырь», «Поймай комара»	

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

1 неделя День матери Казачки/ День неизвестного солдата/ День Гос. Герба России	Занятие № 27, №28 Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. (стр. 38-39 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба и бег в колонне по одному Ходьба врассыпную бег врассыпную	Общеразвивающие упражнения с кубиками	1. Равновесие. Игровое упражнение «Пройди - не задень». 2. Прыжки. Игровое упражнение «Лягушки- попрыгушки»	Подвижная игра «Коршун и птенчики».	Ходьба в колонне по одному. Игра «Найдем птенчика»
	Занятие №29 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения на подлезание	«Прокати и догони мяч» «Поймай мяч»	
2 неделя Декада инвалидов/ День героев Отечества	Занятие № 30, №31 Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении и на полусогнутой ноге в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча. (стр.40 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег проводятся в чередовании.	Общеразвивающие упражнения с мячом.	1. Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку или мат 2. Прокатывание мячей друг другу	Подвижная игра «Найди свой домик».	Ходьба в колонне по одному
	Занятие №32 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения на равновесие	«Наседка и цыплята», «Пузырь»	

3 неделя День конституции Российской Федерации / Зимние подвижные игры	Занятие №33, 34 Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу. (стр.41 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба в колонне по одному бег в колонне по одному; ходьба и бег проводятся в чередовании.	Общеразвивающие упражнения с кубиками.	1.Прокатывание мяча между предметами 2.Ползание под дугу «Проползи — не задень»	Подвижная игра «Лягушки».	3-я часть. Игра малой подвижности «Найдем лягушонка».
	Занятие № 35 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения с прыжками	«Птица и птенчики»	
4неделя 18-22 Акция «Птицы-наши друзья. Помоги другу!» / История Карапушек	Занятие № 36 №37 Упражнять детей в беге в рассыпную, развивать ориентировку в пространстве, упражнять в ползании, и сохранении равновесия при ходьбе по доске. (стр. 42 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий	Ходьба в колонне по одному бег в колонне по одному по сигналу воспитателя	ОРУ со стульчиками	1.»Жучки на бревнышке» 2. «Пройди по мостику»	«Птица и птенчики»	«Найди птенчика»
	Занятие №38 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения с мячом	«По ровненькой дорожке»	

5 неделя 25-29	Проект «К нам приходит Новый год!»					
---------------------------------	------------------------------------	--	--	--	--	--

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

2 неделя Прощание с Дедом Морозом/ ПДД Зимний декадник	Занятие №39 Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.(стр 42 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: всем детям предлагается разбежаться по всему залу; переход на ходьбу враспынную и снова на бег.	Общеразвивающие упражнения на стульчиках	1.Ползание. Игровое упражнение «Жучки на бревнышке». 2.Равновесие. «Пройдем по мостику».	Подвижная игра «Птица и птенчики»..	3-я часть. Игра малой подвижности «Найдем птенчика».
	Занятие №40 на улице Закрепление пройденного материала				Упражнение с прыжками, на равновесие	«Наседка и цыплята»

3 неделя Сюжетно ролевые игры/ история Донского края	Занятие №41, №42 Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь (стр.43-44 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: ходьбу на носках, руки прямые вверх, переход на обычную ходьбу, затем в колонне по одному, с поворотом в другую сторону. Ходьба и бег в чередовании.	Общеразвивающие упражнения с платочками	1. Равновесие «Пройди - не упади». 2. Прыжки «Из ямки в ямку».	Подвижная игра «Коршун и цыплята».	Игра малой подвижности «Найдем цыпленка?».
	Занятие №43 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения с прыжками	«Пузырь», «Воробышки и кот»	

4 неделя История Карпушек / Экологическое воспитание	Занятие №44, №45 Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесии на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. (стр.45 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Игровое упражнение «На полянке». По сигналу воспитателя дети переходят к ходьбе врассыпную по всей «полянке» и бегу врассыпную стараясь не задевать друг друга.	Общеразвивающие упражнения с обручем	1.Прыжки «Зайки - прыгуны».	Подвижная игра «Птица и птенчики».	Ходьба в колонне по одному.
	Занятие №46 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения с мячом	«Догони мяч». « Воробышки и кот»	

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

5/1 неделя День освобождения Сталинграда / история карапушек	Занятие №47, №48 Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. (стр.50 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба и бег по кругу, выложенному кольцами: ходьба примерно три четверти круга и бег - полный круг: остановка, поворот в другую сторону повторение упражнений.	Общеразвивающие упражнения с кольцом	1. Равновесие 2. Прыжки	Подвижная игра «Найди свой цвет».	Игра малой подвижностью по выбору детей.
	Занятие №49 на улице Закрепление пройденного материала				Игровые упражнения на подлезание	«Поезд» «Мышки»

2 неделя День Российской науки	<p>Занятие №50, №51 Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты с мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом. (стр.51 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, бег высоко поднимая колени, переход на обычный бег. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с малым обручем.</p>	<p>1.Прыжки «Веселые воробышки». 2.Прокатывание мяча «Ловко и быстро!».</p>	<p>Подвижная игра «Воробышки в гнездышках».</p>	<p>Игра «Найдем воробышка».</p>
	<p>Занятие № 52 на улице Закрепление пройденного материала</p>			<p>Игровые упражнения на равновесие</p>	<p>«Лохматый пес», «Найди свой цвет»</p>	

3 недели	История Донского края / День памяти	<p>Занятие №53, №54 Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание через шнур, не касаясь руками пола. (стр.52 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры попеременно правой и левой ногой. Бег врассыпную.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с мячом.</p>	<p>1.Бросание мяча через шнур двумя руками,</p>	<p>Подвижная игра «Воробышки и кот».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.</p>
		<p>Занятие №55 на улице Закрепление пройденного материала</p>			<p>Игровые упражнения с прыжками</p>	<p>«Лягушка», «Поезд»</p>	

4 неделя Проект «Защитники Отечества»	<p>Занятие №56 Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группировать лазания под дугу; повторить упражнение в равновесии (стр.53 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)</p>	<p>Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в кол по одному; по сигналу воспитателя переход на ходьбу врассыпную, затем на бег врассыпную Ходьба и бег врассыпную в чередовании.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения.</p>	<p>1.Лазание под дугу в группировке «Под дугу». 2.Равновесие</p>	<p>Подвижная игра. «Лягушки» (прыжки).</p>	<p>Игра «Найдем лягушонка».</p>
	<p>Занятие №57 на улице Закрепление пройденного материала</p>				<p>Игровые упражнения с мячом</p>	<p>«Воробышки и кот». «Лягушки»</p>

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

5/1 неделя Акция «Доброе сердце» / история карапушек	Занятие № 58, №59 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами. (стр.54 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Вначале проводится ходьба по кругу, затем бег по кругу в умеренном темпе, переход на ходьбу и остановка. Поворот в другую сторону и повторение ходьбы и бега.	Общеразвивающие упражнения с кубиком	1.«Ровным шажком» 2.Прыжки «Змейкой»	Подвижная игра «Кролики»	Ходьба в колонне по одному
	Занятие №60 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения на подлезание, прыжки	«Поймай комара», «Кролики»	
2 неделя	Проект «Светлый праздник женский день»	.				
3 неделя Весенний декадник по ПДД/ Масленица	Занятие №61,№62 Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре. (стр57 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	Общеразвивающие упражнения с мячом.	1.«Брось - поймай». 2.Ползание на повышенной опоре	Подвижная игра «Зайка серый умывается».	Игра «Найдем зайку?».

	Занятие №63 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения с прыжками	«Лохматый пес», «Кролики»	
4 неделя История Донского края	Занятие №64, №65 Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре (стр.58 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба и бег между предметами	Общеразвивающие упражнения.	1.Ползание «Медвежата» 2.Равновесие	Подвижная игра «Автомобили».	Ходьба в колонне по одному - «автомобили поехали в гараж».
	Занятие №66 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения на лазание	«По ровненькой дорожке» «Поезд»	
5 неделя ФИП Театрализованные игры / День театра	Занятие № 67, №68 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами. (стр.54 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Вначале проводится ходьба по кругу, затем бег по кругу в умеренном темпе, переход на ходьбу и остановка. Поворот в другую сторону и повторение ходьбы и бега.	Общеразвивающие упражнения с кубиком	1.«Ровным шагом» 2.Прыжки «Змейкой»	Подвижная игра «Кролики»	Ходьба в колонне по одному

	Занятие №69 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения на подлезание, прыжки	«Поймай комара», «Кролики»	
--	---	--	--	--	----------------------------	--

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
АПРЕЛЬ						
1 неделя / День смеха. День здоровья / история карпушек	Занятие №70 Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. (стр.60 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба вокруг кубиков (по 2 кубика на каждого ребенка). Выполняется ходьба кругу, затем бег. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы и бега в кубиков.	Общеразвивающие упражнения на скамейке с кубиком.	1.Равновесие. 2.Прыжки «Через канавку».	Подвижная игра «Тишина».	Игра «Найдем лягушонка».
	Занятие №71 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения на ползание, метание мяча	!Кролик», «Найди свой цвет»	

2 неделя День авиации и космонавтики	Занятие №72, №73 Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутую ногу в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. (стр.61 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя: «Жуки полетели!» - дети разбегаются в рассыпную по залу. На сигнал: «Жуки отдыхают!» - дети ложатся на спину, двигают руками и ногами, как бы шевелят лапками.	Общеразвивающие упражнения с косичкой (короткий шнур).	1.Прыжки из кружка в кружок. 2.Упражнения с мячом. «Точный пас».	Подвижная игра «По ровненькой дорожке».	Ходьба в колонне по одному.
	Занятие №74 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения на равновесие	«Поезд», «Тишина»	
3 неделя День защиты детей от ЧС / (ФИП) Экологические игры	Занятие №75, №76 Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях. (стр.62 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Великаны!» - ходьбе носках, руки вверх; переход на обычную ходьбу. По сигналу: «Гномы!» - присед, руки положить на колени.	Общеразвивающие упражнения.	1.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками 2.Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».	Подвижная игра «Мы топаем ногами».	Ходьба в колонне по одному.
	Занятие №77 на улице Закрепление пройденного материала			Игровые упражнения с прыжками и метание мяча	«Мы топаем ногами», «Кролики»	

4 неделя История Донского края/ День Земли	<p>Занятие №78, №79 Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повыше опоре. (стр.63 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному. По заданию воспитателя на слово «воробьиостановиться и сказать «чик-чирик»; продолжение ходьбы, на слово «лягушки» присесть, положить на колени. Переход на бег в умеренном темпе и на слово «лошадки» - бегут подскоком. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с обручем.</p>	<p>1.Ползание «Проползи - не задень». 2.Равновесие «По мостику»</p>	<p>Подвижная игра «Огуречик, огуречик».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
	<p>Занятие №80 на улице Закрепление пройденного материала</p>			<p>Игровые упражнения на лазание</p>	<p>«Сбей кеглю», «Воробышки и кот»</p>	

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

<p>5/1 неделя Праздник Весны и труда</p>	<p>Занятие №81 Повторить ходьбу и бег в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание на равновесие и прыжках. (стр.65 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному между предметами</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с кольцом от кольцеброса</p>	<p>Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке; Прыжки через шнур</p>	<p>Подвижная игра «Мыши в кладовой».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности «Где спрятался мышонок»</p>
<p>2 неделя Проект «Победный май»</p>	<p>Занятие №82 Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывание мяча друг другу. (стр.66 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по сигналу бег в рассыпную и ходьба между предметами</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с мячом</p>	<p>Прыжки «Парашутисты»</p>	<p>«Воробышки и кот»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности</p>

3 неделя День семьи / (ФИП История карпушек	Занятие №83, №84 ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя, упрямить в бросании мяча вверх и ловля его, ползание по гимнастической скамейке. (стр.67 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий)	Ходьба в колонне по одному. По заданию воспитателя на слово «Пчелки»- дети выполняют бег враспынную, помахивая руками, как крыльями, и произносят «жу-жу- жу!» Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	Общеразвивающ ие упражнения с флажками	1.Ползание по скамейке. 2.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками	Подвижная игра «Огуречик, огуречик».	Ходьба в колонне по одному.
	Занятие №85 Повторение			Игровые упражнения с мячом	«Воробышки и кот»	
4 неделя 20-24	Выпуск детей в школу МОНИТОРИНГ					
5 неделя 27-31	Акция«Внимание, дети!» по ПДД МОНИТОРИНГ					

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ №5

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней группы» Л.И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			2—3 минуты	12—14 минут		
СЕНТЯБРЬ						
1 неделя День знаний	Мониторинг Акция «Внимание, дети!» по ПДД	.				
2 неделя История Донского края	Мониторинг					

3 неделя История карпушек/ ФИП Летние подвижные игры	<p>Занятие №1 Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании (Стр. 19 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка равнения (обычно используется какой-либо ориентир - шнуры, квадраты и т. д.)</p>	<p>Без предметов</p>	<p>1. Упражнения в равновесии - ходьба и бег между двумя линиями 2. Прыжки</p>	<p>«Найди себе пару»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, помахивая платочком над головой.</p>
	<p>Занятие №2 Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании (Стр. 21 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка равнения (обычно используется какой-либо ориентир - шнуры, квадраты и т. д.)</p>	<p>Без предметов</p>	<p>1. Упражнения в равновесии - ходьба и бег между двумя линиями 2. Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед до кубика, расстояние 3-4 м</p>	<p>«Найди себе пару»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, помахивая платочком над головой.</p>

	<p>Занятие №3 Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; умении действовать по сигналу; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками (Стр. 21 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному в чередовании</p>	<p>Без предмета</p>	<p>1. Игровые упражнения «Не пропусти мяч» 2. Прыжки на двух ногах между предметами.</p>	<p>«Автомобили»</p>	<p>Игра «Найдём воробышка»</p>
<p>4 неделя День дошкольного работника</p>	<p>Занятие №4 Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур . (Стр. 26 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Упражнения в ходьбе и беге чередуются Перестроение в круг. Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег враспынную</p>	<p>ОРУ с мячом</p>	<p>1. Прокатывание мяча друг другу двумя руками 2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола</p>	<p>«Огуречик, огуречик ... ».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; ходьба на носках, с различными положениями рук в чередовании с обычной ходьбой</p>
	<p>Занятие №5 Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур . (Стр. 28 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Упражнения в ходьбе и беге чередуются Перестроение в круг. Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег враспынную</p>	<p>С мячом</p>	<p>Бросание мяча вверх и ловля двумя руками Лазание под дугу Прыжки на двух ногах между предметами</p>	<p>«У медведя во бору»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>

	Занятие №6 на улице Закрепление. (Стр. 29 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег в рассыпную	С мячом	Игровые упражнения с прыжками, ходьбой между предметами, с мячом		
--	---	--	---------	---	--	--

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			12—14 минут			
ОКТАБРЬ						
1 неделя День пожилых людей / экологического просвещения и бережного отношения к природе	Занятие №7 Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. (Стр. 35 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному. Затем проводятся упражнения в перешагивании (перепрыгивании)	ОРУ с косичкой (или с коротким шнуром).	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета	«Кот и мыши».	Ходьба в колонне по одному на носках, как мышки, за «КОТОМ».

	<p>Занятие №8 на улице Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивать ловкость и глазомер; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры (Стр. 37 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>			Игровые упражнения с мячом через сетку; на равновесие	«Найди свой цвет»	Ходьба
<p>2 неделя История Донского края / ФИП казахи подвижные игры</p>	<p>Занятие №9 Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивать точность направления движения (Стр. 38 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу. Ходьба и бег в рассыпную. Построение в три колонны</p>	<p>ОРУ Без предметов</p>	<p>1. Прыжки - перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах 2. Прокатывание мячей друг другу</p>	«Автомобили».	И.М.П.«Автомобили поехали в гараж»

	<p>Занятие №10 Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивать точность направления движения (Стр. 40 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу. Ходьба и бег в рассыпную. Построение в три колонны</p>	<p>ОРУ Без предметов</p>	<p>1. Прыжки - перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах 2. Прокатывание мяча между предметами</p>	<p>«Автомобили».</p>	<p>И.М.П.«Автомобили поехали в гараж»</p>
	<p>Занятие №11 на улице Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках; закреплять умение действовать по сигналу (Стр. 40 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением заданий</p>		<p>Игровые упражнения «Подбрось-поймай» «Кто быстрее»</p>	<p>«Ловишки»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>
<p>3 неделя День отца в России</p>	<p>Занятие №12 Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с перешагивание через бруски, чередование ходьбы и бега,</p>	<p>ОРУ С мячом</p>	<p>1. Лазанье под шнур 2. Прокатывание мяча в прямом направлении</p>	<p>«У медведя во бору»</p>	<p>ИМП «Угадай, где спрятано»</p>

	<p>перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в ползании под дугу (Стр. 41 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>построение в круг.</p>				
	<p>Занятие №13 Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в ползании под дугу (Стр. 43 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с перешагивание через бруски, чередование ходьбы и бега, построение в круг.</p>	<p>ОРУ С мячом</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазанье под дугу 2. Прыжки на двух ногах через шнуры 3. Подбрасывание мяча двумя руками 	<p>«У медведя во бору»</p>	<p>ИМП «Угадай, где спрятано»</p>
	<p>Занятие №14 Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обруча, в прыжках с продвижением вперед. (Стр. 43 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду</p>	<p>Ходьба между предметами</p>		<p>«Прокати не урони» «Вдоль дорожки»</p>	<p>«Цветные автомобили»</p>	<p>Ходьба</p>

	4-5 лет)					
4 неделя Осень, Осень в гости просим (проектная деятельность) /История карапушек	Занятие №15 Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, ходьбе и беге в рассыпную. Повторить лазанье под дугу, Упражнять в сохранении равновесия. (Стр. 44 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Построение в шеренгу, ходьба и бег в рассыпную	ОРУ С кеглями	1. Подлезание под дугу 2. Прыжки на двух ногах 3.Прыжки на двух ногах между предметами	«Кот и мыши».	И.М.П. «Угадай, кто позвал?».

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2—3 минуты	12—14 минут			2—3 минут
НОЯБРЬ						

5/1 неделя День Народного единства/ История Донского края	<p>Занятие №16 Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. (Стр. 49 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. Повторить 2-3 раза. Построение около кубиков.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с кубиком</p>	<p>1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки на двух ногах 3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками</p>	<p>Подвижная игра «Салки».</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди и промолчи».</p>
	<p>Занятие №17 Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. (Стр. 50 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. Повторить 2-3 раза. Построение около кубиков.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с кубиком</p>	<p>1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 2. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками</p>	<p>Подвижная игра «Салки».</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди и промолчи».</p>

<p>Занятие №18 Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча. (Стр. 52 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Ходьба и бег врассыпную; ходьба на носках, «как мышки».</p>	<p>Общеразвивающие упражнения без предметов</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий 2. Прокатывание мячей друг другу 3. Перебрасывание мяча друг другу</p>	<p>Подвижная игра «Самолеты».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолеты».</p>
<p>Занятие № 19 Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча. (Стр. 54 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Ходьба и бег врассыпную; ходьба на носках, «как мышки».</p>	<p>Общеразвивающие упражнения без предметов</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий 2. Перебрасывание мяча друг другу</p>	<p>Подвижная игра «Самолеты».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолеты».</p>

	<p>Занятие №20</p> <p>Повторить ходьбу с выполнением заданий, бег с перешагиванием, упражнения в прыжках, прокатывание мяча в прямом направлении. (Стр. 54 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба с выполнением заданий</p>		<p>«Не попадись»</p> <p>«Догони мяч»</p>	<p>«Найди себе пару»</p>	<p>Ходьба</p>
<p>3 неделя День толерантности/ ФИП народные подвижные игры</p>	<p>Занятие №21</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках (Стр. 55 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя изменить направление ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег враспынную.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с мячом</p>	<p>1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени</p> <p>3. Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между предметами</p>	<p>«Лиса и куры».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

	<p>Занятие №22 Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках (Стр. 55 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя изменить направление ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег в рассыпную.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с мячом</p>	<p>1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками 2. Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни 3. Прыжки на двух ногах между предметами</p>	<p>«Лиса и куры».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
	<p>Занятие №23 на улице Упражнять детей в ходьбе между предметами, в прыжках и беге с ускорением (Стр. 57 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег между предметами, в рассыпную.</p>		<p>«Передай мяч» «Не задень»</p>	<p>«Догони пару»</p>	<p>Ходьба</p>

4 неделя День матери	<p>Занятие №24 Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия. (Стр. 58 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег враспынную - по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с флажками</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе</p>	<p>«Цветные автомобили».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
	<p>Занятие №25 Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия. (Стр. 59 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег враспынную - по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с флажками</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе 3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени 4. Прыжки на двух ногах до кубика</p>	<p>«Цветные автомобили».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

	Занятие №26 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дпльность, упражнять в прыжках. (Стр. 60 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки.		«Пингвины» «Кто дальше»	«Самолеты»	Игра малой подвижности по выбору детей
--	---	--	--	----------------------------	------------	--

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)			
		2—3 минуты	12—14 минут			2—3 минут
ДЕКАБРЬ						

5/1 неделя День государственного герба РФ/ День матери Казачки/ День неизвестного солдата	<p>Занятие №27 Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия; развивать ловкость и координацию движений в прыжках (Стр. 62 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному ходьба и бег враспынную по сигналу перестроение в колонну</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с платочком</p>	<p>1. Прыжки через 4-5 брусков 2. Ходьба по шнуру</p>	<p>Подвижная игра «Лиса и куры».</p>	<p>Игра малой подвижности «Найдем цыпленка».</p>
	<p>Занятие №28 Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия; развивать ловкость и координацию движений в прыжках (Стр. 63 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному ходьба и бег враспынную по сигналу перестроение в колонну</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с платочком</p>	<p>1.Прыжки через 4-5 брусков 2.Ходьба по шнуру 3. Прокатывание мяча между 4-5 предметами</p>	<p>Подвижная игра «Лиса и куры».</p>	<p>Игра малой подвижности «Найдем цыпленка».</p>
	<p>Занятие №29 на улице Упражнять в ходьбе и беге между предметами. (Стр. 64 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному между предметами</p>		<p>«Веселые снежки» «Кто быстрее» «Кто дальше бросит»</p>	<p>«У медведя во бору»</p>	<p>Ходьба змейкой между предметами</p>

2 недели Декада инвалидов/ День героев Отечества	<p>Занятие №30 Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. (Стр. 65 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному. Построение в шеренгу.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с мячом.</p>	<p>1. Прыжки со скамейки 2. Прокатывание мяча между предметами</p>	<p>Подвижная игра «У медведя во бору».</p>	<p>Игра малой подвижности по выбору детей</p>
	<p>Занятие №31 Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. (Стр. 67 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному. Построение в шеренгу.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с мячом.</p>	<p>1. Прыжки со скамейки 2. Прокатывание мяча между предметами 3. Бег по дорожке (ширина 20 см).</p>	<p>Подвижная игра «У медведя во бору».</p>	<p>Игра малой подвижности по выбору детей</p>

	Занятие №32 на улице Закрепление материала. Учить детей ходить ступающим шагом (Стр. 75 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)			Прыжки - прыжки со скамейки «цыплята прыгают с заборчика»); прыжки на двух ногах на расстояние 3 м; перепрыгивание через шнуры (косички).	«Кролики», «Самолеты», «Найди пару».	Ходьба
3 недели День Конституции РФ/ ФИП зимние подвижные игры	Занятие №33 Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; (Стр. 68 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную	Обще развивающие упражнения.	1.Перебрасывание мячей друг другу 2.Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке	Подвижная игра «Зайцы и волк»	Игра малой подвижности «Где спрятался зайка?».
	Занятие №34 Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. (Стр. 70 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную	Общеразвивающ ие упражнения.	1.Перебрасывание мячей друг другу 2.Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи	Подвижная игра «Зайцы и волк»	Игра малой подвижности «Где спрятался зайка?».

	Занятие №35 на улице Упражнять в метании (Стр. 71 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба до предмета и обратно		«Кто дальше?» «Снежная карусель»	«Зайцы и волк»	Ходьба парами
4 неделя Акция «Птицы - наши друзья. Помоги другу!» /истокарапушек	Занятие №36 Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге, учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе, (Стр. 72 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег в рассыпную, по сигналу остановка	С кубиками	Ползание по гимнастической доске на животе Ходьба по гимнастической скамейке боковым приставным шагом	«Птички и кошка»	Ходьба
	Занятие №37 Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге, учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе, повторить упражнения в равновесии (Стр. 74 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег в рассыпную, по сигналу остановка	С кубиками	Ползание по гимнастической доске на животе Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на середине Прыжки на двух ногах до предмета Прыжки из обруча в обруч	«Птички и кошка»	Ходьба

	Занятие №38 на улице Повторение пройденного материала (Стр. 74 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба и легкий бег между предметами		«Петушки ходят» «Снайперы»	«Цветные автомобили»	Ходьба между предметами
5 неделя	Проект «К нам приходит Новый год»					

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			2—3 минуты	12—14 минут		
ЯНВАРЬ						
2 неделя Прощание с Дедом Морозом / ПДД зимний лекальник	Занятие №39 Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывание мяча друг другу (Стр. 79 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному со мной ведущего, бег в рассыпную	Общеразвивающие упражнения с мячом	1. Прыжки с гимнастической скамейки 2. Перебрасывание мяча друг другу	«Найди себе пару».	Ходьба в колонне по одному

	<p>Занятие №40 на улице Закрепление скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг предмета (Стр. 81 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	Небольшая пробежка		<p>«Снежная карусель» «Прыжки к елке»</p>	«Зайцы и волк»	Катание друга друга на санках
<p>3 неделя ФИП Зимние подвижные игры / история Лонского края</p>	<p>Занятие №41 Повторить ходьбу и бег между предметами, ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Развивать ловкость в упражнениях с мячом (Стр. 81 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному змейкой между предметами Ходьба с перешагиванием</p>	Общеразвивающие упражнения с косичкой	<p>Отбивание мяча об пол Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни</p>	Подвижная игра «Лошадки».	Ходьба

	<p>Занятие №42 Повторить ходьбу и бег между предметами, ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Развивать ловкость(Стр. 83 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному змейкой между предметами Ходьба с перешагиванием</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с косичкой</p>	<p>1.Прокатывание мячей друг другу 2.Ползание в прямом направлении на четвереньках 3.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед</p>	<p>Подвижная игра «Лошадки».</p>	<p>Ходьба</p>
	<p>Занятие №43 на улице Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия, в метании на дальность(Стр. 84 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Становятся в круг, по сигналу прыжки в середину.</p>		<p>«Кто дальше бросит?» «Перепрыгни- не задень»</p>	<p>По выбору детей</p>	<p>Катание на санках</p>
<p>4 неделя экономическое воспитание</p>	<p>Занятие №44 Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен, в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. Закреплять подлезание под шнур. (Стр. 84 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег враспынную</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с обручем</p>	<p>1.Лазанье под шнур боком. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе</p>	<p>Подвижная игра «Автомобили».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

<p>Занятие №45 Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен, в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. Закреплять подлезание под шнур. (Стр. 86 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег враспынную</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с обручем</p>	<p>1. Лазанье под шнур боком и прямо 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе 3. Прыжки на двух ногах между предметами</p>	<p>Подвижная игра «Автомобили».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>Занятие №46 на улице Упражнять в ходьбе и беге между предметами, прокатывании обручей (Стр. 43 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба и бег между предметами</p>		<p>«Прокати не урони» «Вдоль дорожки»</p>	<p>«Цветные автомобили»</p>	<p>Ходьба</p>

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		2—3 минуты	12—14 минут			2—3 минут
ФЕВРАЛЬ						

5/1 неделя Экономическое воспитание	<p>Занятие №47 Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, с перешагиванием через предметы, в равновесии; повторить задание в прыжках, в прыжках через шнур. (Стр. 88 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, ходьба и бег в рассыпную. Построение в три колонны</p>	<p>Общеразвивающие упражнения без предмета</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом 2. Прыжки через бруски</p>	<p>Подвижная игра «Котята и щенята».</p>	<p>Игра малой подвижности по выбору</p>
	<p>Занятие №48 Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, с перешагиванием через предметы, в равновесии; повторить задание в прыжках, в прыжках через шнур, в перебрасывании мяча друг другу(Стр. 89 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, 5-6 штук (кегли поставлены на расстоянии двух шагов ребенка); ходьба и бег в рассыпную. Построение в три колонны</p>	<p>Общеразвивающие упражнения Без предмета</p>	<p>1. Ходьба, перешагивая через набивные мячи 2. Прыжки через шнур, 3. Перебрасывание мячей друг другу</p>	<p>Подвижная игра «Котята и щенята».</p>	<p>Игра малой подвижности</p>
	<p>Занятие №49 на улице Повторить метание в цель (Стр. 90 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба вокруг предметов</p>		<p>«Змейкой между санками» «Добрось до кегли»</p>		<p>Катание на санках</p>

2 неделя День Российской науки	<p>Занятие №50 Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. (Стр. 91 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Аист!» - остановиться, поднять ногу, согнутую в колене, руки в стороны и некоторое время удерживать равновесие, затем продолжить ходьбу. На сигнал педагога: «Лягушки!» - дети приседают на корточки, кладут руки на колени.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения на стульях.</p>	<p>1. Прыжки из обруча в обруч 2. Прокатывание мячей между предметами</p>	<p>«У медведя во бору».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет</p>
	<p>Занятие №51 Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. в прыжках на двух ногах через шнуры, в прокатывании мяча друг другу. (Стр. 92 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Аист!» - остановиться, поднять ногу, согнутую в колене, руки в стороны и некоторое время удерживать равновесие, затем продолжить ходьбу. На сигнал педагога: «Лягушки!» - дети приседают на корточки, кладут руки на колени.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения на стульях.</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах 2. Прокатывание мячей друг другу 3. Ходьба на носках</p>	<p>«У медведя во бору».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет</p>

	Занятие №52 на улице Повторить игровые упражнения с бегом, прыжки (Стр. 93 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Игровое упражнение «Метелица»		«Покружись» «Кто дальше бросит»		Катание на санках
3 неделя История Донского края/ ФИП игры экспериментирования	Занятие №53 Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами, в ловле мяча двумя руками. Закреплять навык ползания на четвереньках. (Стр. 93 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя дети переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег в рассыпную. Ходьба и бег в чередовании.	Общеразвивающие упражнения с мячом	1. Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках	«Воробышки и автомобиль».	Ходьба в колонне по одному.
	Занятие №54 Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами, в ловле мяча двумя руками. Закреплять навык ползания на четвереньках, метание в цель, прыжки (Стр. 95 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя дети переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег в рассыпную. Ходьба и бег в чередовании.	Общеразвивающие упражнения с мячом	1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 1. Метание мешочков в вертикальную цель 3. Прыжки на двух ногах между предметами	«Воробышки и автомобиль».	Ходьба в колонне по одному.

	Занятие №55 на улице Упражнять детей в метании на дальность (Стр. 95 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)			«Кто дальше бросит» «Найдем снегурочку»		Катание на санках. Ходьба между предметами на участке
4 неделя Проект «Защитники Отечества»	Занятие №56 Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами (Стр. 96 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет).	Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег в рассыпную по всему залу, перестроение в ходьбе в колонну по одному.	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой.	1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Ходьба с перешагиванием	«Перелет птиц»	Ходьба в колонне по одному.

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			2—3 минуты	12—14 минут		
МАРТ						

5/1 неделя Акция «Доброе сердце»	<p>Занятие №57 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге в рассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. (Стр. 99 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному по кругу Ходьба и бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения без предмета</p>	<p>1. Ходьба на носках между 4-5 предметами 2. Прыжки через шнур справа и слева 1. Равновесие</p>	<p>Подвижная игра «Перелет птиц».</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди и промолчи».</p>
	<p>Занятие №58 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге в рассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. (Стр. 101 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному по кругу Ходьба и бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения без предмета</p>	<p>1. Ходьба и бег по наклонной доске 2. Прыжки на двух ногах через короткую скакалку</p>	<p>Подвижная игра «Перелет птиц».</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди и промолчи».</p>

	<p>Занятие №59 на улице Развивать ловкость и глазомер при метании в цель. Упражнять в беге. Закреплять умение действовать по сигналу (Стр. 101 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Игровое упражнение «Ловишки»</p>		<p>«Быстрые и ловкие» «Сбей кеглю»</p>	<p>«Зайка беленький»</p>	<p>Игра «Найдем зайку»</p>
<p>2 неделя</p>	<p>Проект «Светлый праздник – женский день»</p>					
<p>3 неделя Масленица/ Весенний декадник по ПДД «Дорога и дети»</p>	<p>Занятие №60 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке, с опорой на колени и ладони. Упражнять детей в равновесии. (Стр. 105 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу.</p>	<p>Обще развивающие упражнения с мячом.</p>	<p>1.Прокатывание мяча между предметами 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе</p>	<p>Подвижная игра «Самолеты».</p>	<p>Игра малой подвижности.</p>

<p>Занятие №61 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке, с опорой на колени и ладони. Упражнять детей в равновесии. (Стр. 107 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу.</p>	<p>Обще развивающие упражнения с мячом.</p>	<p>1.Прокатывание мяча между предмета 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине, «Проползи - не урони». 3. Ходьба по скамейке с мешочком на голове.</p>	<p>Подвижная игра «Автомобили».</p>	<p>Игра малой подвижности.</p>
<p>Занятие №62 на улице Упражнять детей в беге на выносливость; ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (Стр. 107 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному и бег в умеренном темпе 1 минуту. Ходьба между предметами</p>		<p>«На одной ножке вдоль дорожки» «Брось через веревочку»</p>	<p>«Самолеты»</p>	<p>ИМП по выбору</p>

4 неделя История Донского края	<p>Занятие №63 Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках. (Стр. 108 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную, по сигналу воспитателя остановиться</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с флажками</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Ходьба боком приставным шагом по доске лежащей на полу 3. Прыжки через 5-6 шнуров</p>	<p>Подвижная игра «Бездомный заяц».</p>	<p>Игра малой подвижности «Найдем зайку».</p>
	<p>Занятие №64 Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения в равновесии и прыжках. упражнять в лазании по гимнастической стенке (Стр. 110 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную, по сигналу воспитателя остановиться</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с флажками</p>	<p>1. Прыжки через 5-6 шнуров 4. Лазанье по гимнастической стенке 5. Ходьба по доске, лежащей на полу</p>	<p>Подвижная игра «Охотник И зайцы».</p>	<p>Игра малой подвижности «Найдем зайку».</p>

	<p>Занятие №65 на улице Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом. Повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках (Стр. 110 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по сигналу широкий шаг и короткий</p>		<p>«Перепрыгни ручеек» «Бег по дорожке» «Ловкие ребята»</p>	<p>«Охотник И зайцы».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>
<p>5 неделя ФИП театрализованные игры</p>	<p>Занятие №66 Повторение Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке, с опорой на колени и ладони. Упражнять детей в равновесии. (Стр. 105 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу.</p>	<p>Обще развивающие упражнения с мячом.</p>	<p>1.Прокатывание мяча между предметами 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе</p>	<p>Подвижная игра «Самолеты».</p>	<p>Игра малой подвижности.</p>

<p>Занятие №67 Повторение Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке, с опорой на колени и ладони. Упражнять детей в равновесии. (Стр. 107 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу.</p>	<p>Обще развивающие упражнения с мячом.</p>	<p>1.Прокатывание мяча между предмета 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине, «Проползи - не урони». 3. Ходьба по скамейке с мешочком на голове.</p>	<p>Подвижная игра «Самолеты».</p>	<p>Игра малой подвижности.</p>
<p>Занятие №68 на улице Упражнять детей в беге на выносливость; ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (Стр. 107 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному и бег в умеренном темпе 1 минуту. Ходьба между предметами</p>		<p>«На одной ножке вдоль дорожки» «Брось через веревочку»</p>	<p>«Самолеты»</p>	<p>ИМП по выбору</p>

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			2—3 минуты			
АПРЕЛЬ						
1 неделя День смеха/День здоровья	Занятие №69 Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках. (Стр. 114 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя дети переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой. После того как последний в колонне ребенок выполнит перешагивание через бруски, подается команда к бегу врассыпную. Упражнения в ходьбе и беге чередуются	Обще развивающие упражнения без предмета	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным 2. Прыжки на двух ногах через препятствия 3. Метание мешочков в горизонтальную цель	Подвижная игра «Пробеги тихо».	Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал».
	Занятие №70 на улице Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне; прокатывание обручей. Повторить упражнения с мячами(Стр. 114 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному и бег в рассыпную по сигналу находят свое место в колонне		«Прокати и поймай» «Сбей кеглю»	«У медведя во бору»	ИМП по выбору

2 неделя День авиации и космонавтики	<p>Занятие №71 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места. (Стр. 115 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному в обход зала, по сигналу воспитателя ведущий идет навстречу ребенку, идущему последним в колонне, и, подходя, берет его за руки, замыкая круг. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег враспынную.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с кеглей.</p>	<p>1.Прыжки в длину с места 2. Метание мешочков в горизонтальную цель</p>	<p>Подвижная игра «Совушка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг.</p>
	<p>Занятие №72 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места. (Стр. 115 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному в обход зала, по сигналу воспитателя ведущий идет навстречу ребенку, идущему последним в колонне, и, подходя, берет его за руки, замыкая круг. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег враспынную.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с кеглей.</p>	<p>1.Прыжки в длину с места 2.Метание мячей в вертикальную цель 3. Отбивание мяча одной рукой</p>	<p>Подвижная игра «Совушка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг.</p>

	<p>Занятие №73 на улице Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в прыжках и подлезании. Упражнять в умении сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры (Стр. 117 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному по кругу с поворотом в обратную сторону. Ходьба и бег в рассыпную</p>		<p>«По дорожке» «Не задень» «Перепрыгни не задень»</p>	<p>«Воробышки и автомобиль»</p>	<p>«Найди воробышка»</p>
<p>3 недели ФИП экологические игры / День защиты детей от ЧС</p>	<p>Занятие №74 Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. (Стр. 118 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками-«крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p>	<p>Обще развивающие упражнения с мячом</p>	<p>1.Метание мешочков на дальность 2. Ползание по гимнастической скамейке</p>	<p>Подвижная игра «Совушка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

<p>Занятие №75 Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. (Стр. 120 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками-«крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p>	<p>Обще развивающие упражнения с мячом</p>	<p>1.Метание мешочков на дальность 2. Ползание по гимнастической скамейке 3. Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м</p>	<p>Подвижная игра «Совушка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>Занятие №76на улице Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер (Стр. 120 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с выполнением задания «Аист», «Лягушки»</p>		<p>«Успей поймать» «Подбрось- поймай»</p>	<p>«Догони пару»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>

4 неделя День Земли/Ознакомление с Донским краем.

<p>Занятие №77 Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. (Стр. 121 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег враспынную; по сигналу воспитателя: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу: «Мышки!» - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании.</p>	<p>Обще развивающие упражнения с косичкой.</p>	<p>1. Ходьба по доске , лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч</p>	<p>Подвижная игра «Птички и кошка»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>Занятие №78 Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. (Стр. 123 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег враспынную; по сигналу воспитателя: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу: «Мышки!» - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании.</p>	<p>Обще развивающие упражнения с косичкой.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, с приседанием на середине 2. Прыжки на двух ногах между предметами</p>	<p>Подвижная игра «Птички и кошка»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>Занятие №79 на улице Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывание мяча (Стр. 123 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, змейкой между предметами, высоко поднимая колени, бег в распынную</p>		<p>«Пробеги - не задень» «Накинь кольцо» «Мяч через сетку»</p>	<p>«Догони пару»</p>	<p>ИМП по выбору</p>

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			2—3 минуты	12—14 минут		
МАЙ						
1 неделя Праздник Весны и Трудя	Занятие №80 Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. (Стр. 124 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба и бег парами, ходьба и бег врассыпную. Перестроение в три колонны.	Общеразвивающие упражнения без предмета	1. Ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги 2. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров	Подвижная игра «Котята и щенята».	Игра малой подвижности.
2 неделя	Занятие №81 Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. (Стр. 127 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего Ходьба и бег врассыпную по всему залу.	Общеразвивающие упражнения с кубиком.	1. Прыжки в длину с места через шнур 2. Перебрасывание мячей друг другу.	Подвижная игра «Котята и щенята».	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности по выбору детей.

3 неделя	День семьи/ФИП спортивные подвижные игры	Занятие №82 Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. (Стр. 129 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего Ходьба и бег в рассыпную по всему залу.	Общеразвивающие упражнения с кубиком.	1. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте 2. Перебрасывание мячей друг другу 3. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой).	Подвижная игра «Котят и щенята».	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности по выбору детей.
		Занятие №83 на улице Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу; ходьба и бег по кругу. Повторить занятия с бегом и прыжками (Стр. 129 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду 4-5 лет)	Ходьба в колонне по одному, выполнение заданий по сигналу «Зайки», «Петушки»		«Попади в корзину» «Подбрось- поймай»	«Удочка»	ИМП по выбору
4 неделя		Мониторинг Выпуск детей в школу					
5 неделя		МОНИТОРИНГ Акция «Внимание, дети!» по ПДД					

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ №7

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми старшей группы» Л.И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			2-3	17-18	3-4	
СЕНТЯБРЬ						
1 неделя	День Знаний МОНИТОРИНГ Акция «Внимание, дети!» по ПДД					
2 неделя	МОНИТОРИНГ История Донского края День солидарности					
3 неделя История карапушек/ ФИП/ 4Д игра	Занятие №1 Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге в рассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча (Стр. 15 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	Построение в шеренгу; ходьба в колонне по одному на носках, бег в рассыпную, перестроение в колонну по два в движении	ОРУ без предмета	1 Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через бруски 2 Прыжки на двух тногах с продвижением вперед 3 Перебрасывание мячей друг другу	«Мышеловка»	Игра малой подвижностью (ИМП) «У кого мяч?»

	<p>Занятие №2 Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге в рассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча(Стр. 17 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу; ходьба в колонне по одному на носках, бег в рассыпную, перестроение в колонну по два в движении</p>	<p>ОРУ без предмета</p>	<p>1 Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через бруски 2 Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между предметами 3 Броски мяча о пол между шеренгами и ловля его двумя руками</p>	<p>«Мышеловка»</p>	<p>Игра малой подвижност и (ИМП) «У кого мяч?»</p>
	<p>Занятие №3 на улице Упражнять детей в построении в колонны; повторить упражнения в равновесии и прыжках (Стр. 17 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построении в шеренгу, игровое упражнение «Быстро в колонну»</p>		<p>«Пингвины» «Не промахнись» «По мостику»</p>	<p>«Ловишки»</p>	<p>Игра малой подвижност и (ИМП) «У кого мяч?»</p>

4 неделя День дошкольного работника/ ФИП Летние подвижные игры	<p>Занятие №4 Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру. (Стр. 21 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки, перестроение в колонну по одному (прыжком). Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе. Бег в колонне по одному за воспитателем. Переход на обычную ходьбу.</p>	<p>ОРУ Без предметов</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 2. Ходьба по канату (веревке) боком приставным шагом, руки на поясе голову и спину держать прямо. 3. Бросание мяча вверх двумя руками и ловля его, бросание мяча вверх и ловля его с хлопком</p>	<p>«Удочка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
	<p>Занятие №5 Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру. (Стр. 23 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки, перестроение в колонну по одному (прыжком). Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе. Бег в колонне по одному за воспитателем. Переход на обычную ходьбу.</p>	<p>ОРУ Без предметов</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и коленях 2. Ходьба по канату (веревке) боком приставным шагом с мешочком на голове 3. Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах на расстоянии 2,5 м</p>	<p>«Быстро возьми»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>

	Занятие №6 на улице Повторить бег продолжительность до 1 мин, упражнения в прыжках. Развивать глазомер, координацию движений.	Ходьба в колонне по одному на носках, переход в бег до 1 мин		«Не попадись» «Мяч в сетку»	«Быстро возьми»	Ходьба в колонне по одному между предметами
	(Стр. 24 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)					

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

1 неделя Неделя экологического просвещения и бережного отношения к природе/ День учителя/ пожилых людей	Занятие №7 Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча. (Стр. 28 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, ходьба в колонне по одному, бег в умеренном темпе до 1 мин.	ОРУ Без предметов	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры, 3. Бросание мяча двумя руками от груди	«Перелет птиц»	И.М.П «Найди и промолчи»
	Занятие №8 Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча. (Стр. 29 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, ходьба в колонне по одному, бег в умеренном темпе до 1 мин.	ОРУ Без предметов	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с перешагиванием через набивные мячи. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры, 3. Передача мяча двумя руками от груди	«Перелет птиц»	И.М.П «Найди и промолчи»

	<p>Занятие №9 на улице Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой, упражнять в прыжках (Стр. 29 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с высоким подниманием колен, непрерывный бег до 1 мин, переход на ходьбу</p>		«Передай мяч»	«Не попадись»	Ходьба в колонне по одному
<p>2 неделя История Донского края / ФИП/ 4Д игра</p>	<p>Занятие №10 Разучить с детьми поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при прыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу(Стр. 30 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному по сигналу поворот в другую сторону, бег с перешагиванием через бруски.</p>	<p>ОРУ с гимнастической палкой</p>	<p>1. Прыжки (спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы 3 Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках</p>	«Не оставайся на полу»	И.М.П «У кого мяч?» Ходьба в колонне по одному.

	<p>Занятие №11 Разучить с детьми поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу(Стр. 32 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному по сигналу поворот в другую сторону, бег с перешагиванием через бруски.</p>	<p>ОРУ с гимнастической палкой</p>	<p>1. Прыжки (спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди 3 Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с переолзанием через препятствие</p>	<p>«Не оставайся на полу»</p>	<p>И.М.П «У кого мяч?» Ходьба в колонне по одному.</p>
	<p>Занятие №12 на улице Упражнять в ходьбе и беге, разучить игровые упражнения с мячом, повторить игровые упражнения с бегом и прыжками (Стр. 32 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному на носках, переход на бег в умеренном темпе до 1 мин и на ходьбу</p>		<p>«Проведи мяч» «Мяч водящему» «Не попадись»</p>	<p>«Ловишки»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>

3 неделя День отца в России/ Акция Доброе сердце	<p>Занятие №13 Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; бег врассыпную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия.(Стр. 33 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба в медленном темпе и быстром. Бег врассыпную с остановками по сигналу воспитателя</p>	<p>ОРУ С малым мячом</p>	<p>1. Метание мяча в горизонтальную цель 2. Подлезание под дугу прямо и боком 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи</p>	<p>«Удочка»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
	<p>Занятие №14 Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; бег врассыпную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия.(Стр. 34 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба в медленном темпе и быстром. Бег врассыпную с остановками по сигналу воспитателя</p>	<p>ОРУ С малым мячом</p>	<p>1. Метание мяча в горизонтальную цель 2. Ползание на четвереньках между предметами 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом</p>	<p>«Удочка»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

	Занятие №15 на улице Упрочнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге до 1 мин познакомить с игрой бадминтон, повторить игровые упражнения с прыжками (Стр. 35 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	Ходьба в колонне по одному с перешагиванием через шнуры, бег с перешагиванием через предметы, бег в среднем темпе до 1 мин		«Пас друг другу» «Отбей волан» «Будь ловким»(эстафета)		Ходьба в колонне по одному
4 неделя История карапушек	Осень, Осень в гости просим (проектная деятельность)					

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

<p>Занятие №16 Продолжать отработать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег врассыпную; разучить перекладывание малого мяча из одной руки в другую упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах. (Стр. 39 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки, Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба с высоким подниманием колен, бег врассыпную, бег между предметами.</p>	<p>ОРУ с малым мячом</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг переда мяча перед собой и за спиной. 2. Прыжки на правой и левой ноге 3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу 	<p>«Пожарные на учении».</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди и промолчи».</p>
<p>Занятие №17 Продолжать отработать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег врассыпную; разучить перекладывание малого мяча из одной руки в другую упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах. (Стр. 41 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки, Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба с высоким подниманием колен, бег врассыпную, бег между предметами.</p>	<p>ОРУ с малым мячом</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг перекладывать мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной. 2.Прыжки на правой и левой ноге 3.Перебрасывание мяча двумя руками друг другу из-за головы 	<p>«Пожарные на учении».</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди и промолчи».</p>

2 неделя История карпушек / ПДД	<p>Занятие №18 Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами, повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами (Стр. 42 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя изменить направление движения. Бег между кеглями, поставленными в один ряд. Упражнения в ходьбе и беге чередуются. Перестроение в колонну по трое</p>	<p>ОРУ Без предмета</p>	<p>1. Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Отбивание мяча о землю</p>	<p>«Не оставайся на полу»</p>	<p>Игра малой подвижности по выбору детей</p>
	<p>Занятие №19 Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами, повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами (Стр. 43 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя изменить направление движения. Бег между кеглями, поставленными в один ряд. Упражнения в ходьбе и беге чередуются. Перестроение в колонну по трое</p>	<p>ОРУ Без предмета</p>	<p>1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно 2. Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой 3. Отбивание мяча о землю в ходьбе</p>	<p>«Не оставайся на полу»</p>	<p>Игра малой подвижности по выбору детей</p>

	<p>Занятие №20 на улице Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движения, развивать ловкость в игровом задании с мячом. (Стр. 43 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному по сигналу переход в бег с перешагивание через шнуры, ходьба в рассыпную с остановкой по сигналу</p>		<p>«Мяч водящему» «По мостику»</p>	<p>«Ловишки с лентами»</p>	<p>ИМП «Затейники»</p>
<p>3 неделя Международный день толерантности/ ФИП / 4Д игры</p>	<p>Занятие №21 Повторить ходьбу с изменением темпа движения; бег между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом (Стр. 44 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба по сигналу воспитателя с ускорением и замедлением темпа движения. Бег между предметами</p>	<p>ОРУ с большим мячом</p>	<p>1. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом 2. Пролезание в обруч прямо и боком 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом</p>	<p>Подвижная игра «Удочка»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>
	<p>Занятие №22 Повторить ходьбу с изменением темпа движения; бег между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом (Стр. 45 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба по сигналу воспитателя с ускорением и замедлением темпа движения. Бег между предметами</p>	<p>ОРУ с большим мячом</p>	<p>1. Ведение мяча в ходьбе 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Ходьба на носках между набивными мячами</p>	<p>Подвижная игра «Удочка»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>

	<p>Занятие №23 на улице Упражнять в беге, развивать выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом (Стр. 45 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе продолжительностью до 1,5 мин; ходьба враспынную</p>		<p>«Перебрось и поймай» «Перепрыгни – не задень»</p>	<p>«Ловишки парами»</p>	<p>ИМП «Летает- не летает»</p>
<p>4 неделя День матери / Правовое просвещение</p>	<p>Занятие №24 Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. (Стр. 46 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, враспынную с выполнением «фигуры»; бег враспынную. Ходьба и бег повторяются в чередовании.</p>	<p>ОРУ на гимнастическ их скамейках</p>	<p>1. Лазанье — подлезание под шнур 2. Прыжки на правой, затем на левой ноге до предмета 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове</p>	<p>«Пожарные на учении»</p>	<p>Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p>
	<p>Занятие №25 Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. (Стр. 47 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, враспынную с выполнением «фигуры»; бег враспынную. Ходьба и бег повторяются в чередовании.</p>	<p>ОРУ на гимнастическ их скамейках</p>	<p>1. Лазанье — подлезание под шнур боком и прямо 2. Прыжки на правой, затем на левой ноге 3. Ходьба между предметами на носках</p>	<p>«Пожарные на учении»</p>	<p>Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p>

	Занятие №26 на улице Повторить бег с преодолением препятствий, игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом (Стр. 47 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	Ходьба в колонне по одному; ходьба между предметами, бег с перешагиванием через препятствия		«Мяч о стенку» «Ловишки- перебежки»	«Удочка»	Ходьба в колонне по одному
--	---	---	--	--	----------	----------------------------

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

5/1 неделя День матери Казачки/ День неизвестного солдата/ День герба РФ	<p>Занятие №27 Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами, не задевая их; разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку; повторить перебрасывание мяча(Стр. 48 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, Перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному, бег между предметами руками из-за головы друг другу</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с обручем</p>	<p>1. Ходьба по наклонной доске с переходом на гимнастическую скамейку, ходьба боком, приставным шагом 2. Прыжки на двух ногах через бруски 3. Броски мяча двумя руками из-за головы друг другу стоя в шеренге</p>	<p>«Ловишки с лентами»</p>	<p>ИМП «Сделай фигуру».</p>
	<p>Занятие №28 Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами; разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя равновесие и правильную осанку; повторить перебрасывание мяча(Стр. 49 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, Перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному, бег между предметами руками из-за головы друг другу</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с обручем</p>	<p>1. Ходьба по наклонной доске с переходом на гимнастическую скамейку, с перешагиванием через набивные мячи 2. Прыжки на двух ногах между набивными мячами 3. Переброска мяча друг другу стоя в шеренге любым способом</p>	<p>«Ловишки с лентами»</p>	<p>ИМП «Сделай фигуру».</p>

	<p>Занятие №29 улица Разучит игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании(Стр. 50 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба между постройками на участке в умеренном темпе, ходьба и бег в рассыпную</p>		<p>«Кто дальше бросит» «Не задень»</p>	<p>«Мороз Красный нос»</p>	<p>ходьба</p>
<p>2 неделя Декада инвалидов/ День героев Отечества</p>	<p>Занятие №30 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону; разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча. (Стр. 51 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному с ускорением темпа и перестроением в круг. Ходьба и бег по кругу чередуются</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с флажками</p>	<p>1. Прыжки 2. Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его 3. Ползание на четвереньках между предметами</p>	<p>Подвижная игра «Не оставайся на полу»</p>	<p>Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p>

<p>Занятие №31 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону; разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча. (Стр. 52 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному с ускорением темпа и перестроением в круг. Ходьба и бег по кругу чередуются</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с флажками</p>	<p>1. Прыжки 2. Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его 3. Ползание на четвереньках между предметами</p>	<p>Подвижная игра «Не оставайся на полу»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>Занятие №32 Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель (Стр. 52 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в колонну, ходьба и бег за воспитателем между снежными постройками; темп ходьбы и бега задает воспитатель</p>		<p>1.«Метко в цель». 2.«Кто быстрее до снеговика». 3.«Пройдем по мостику».</p>	<p>Подвижная игра «Мороз-Красный нос</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди предмет».</p>

3 неделя День Конституции РФ / ФИП/ 4 Д игра	<p>Занятие №33 Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия. (Стр. 53 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнение, ходьба в колонне по одному, бег врассыпную.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения</p>	<p>1. Перебрасывание мяча стоя в шеренгах 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове</p>	<p>Подвижная игра «Охотники и зайцы»</p>	<p>Игра малой подвижности «Летает — не летает».</p>
	<p>Занятие №34 Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия. (Стр. 54 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнение, ходьба в колонне по одному, бег врассыпную.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения без предмета</p>	<p>1. Перебрасывание мяча друг другу снизу с хлопком в ладоши 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с мешочком на спине 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом</p>	<p>Подвижная игра «Охотники и зайцы»</p>	<p>Игра малой подвижности «Летает — не летает».</p>

	<p>Занятие №35 на улице Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков до цели. (Стр. 54 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>			<p>1.«Метко в цель». 2.«Смелые воробышки</p>		<p>Ходьба между кеглями,</p>
4 неделя История карапушек	<p>Занятие №36 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. (Стр. 55 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу повороты вправо влево по ходу движения. ходьба и бег враспынную</p>	ОРУ без предмета	<p>Лазанье на гимнастическую стенку не пропуская реек Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы Прыжки на двух ногах между предметами</p>	«Хитрая лиса»	<p>Ходьба в колонне по одному</p>
	<p>Занятие №37 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. (Стр. 57 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу повороты вправо влево по ходу движения. ходьба и бег враспынную</p>	ОРУ без предмета	<p>Лазанье на гимнастическую стенку разноименными способами Ходьба по гимнастической скамейке, боком приставным шагом с мешочком на голове Прыжки на двух ногах между предметами с мешочком зажатым между колен</p>	«Хитрая лиса»	<p>ИМП по выбору</p>

	Занятие №38 на улице Повторить передвижение скользящим шагом, разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие (Стр. 57 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	Ходьба в среднем темпе между предметами не разрывая цепочку		«Пробеги не задень» «По дорожке» Игровые упражнения с шайбой	«Мы веселые ребята»	Ходьба умеренным темпом в колонне по одному
5 неделя	К нам приходит Новый год! Проект					

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

2 неделя Прощание с Дедом Морозом / ПДД	<p>Занятие №39 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, в беге в рассыпную; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой(Стр. 61 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу с выполнением заданий</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с веревкой</p>	<p>Прыжки в длину с места Проползание на четвереньках под дугами, прокатывая мяч Броски мяча вверх</p>	<p>Подвижная игра «Совушка»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе</p>
	<p>Занятие №40 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, в беге в рассыпную; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой(Стр. 63 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу с выполнением заданий</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с веревкой</p>	<p>Прыжки в длину с места Проползание на четвереньках под дугами, между предметами Перебрасывание мяча друг другу с низу</p>	<p>Подвижная игра «Мороз Красный нос»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе</p>

<p>Занятие №41 Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии (Стр. 63 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка Осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег с выполнением заданий, ходьба между предметами змейкой, бег врассыпную</p>	<p>Общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейке</p>	<p>Перебрасывание мячей друг другу двумя руками от груди Пролезание в обруч боком Ходьба с перешагиванием через набивные мячи</p>	<p>«Не оставайся на полу»</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди и промолчи».</p>
<p>Занятие №42 Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии (Стр. 64 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка Осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег с выполнением заданий, ходьба между предметами змейкой, бег врассыпную</p>	<p>Общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейке</p>	<p>Перебрасывание мячей друг другу двумя руками и ловля после отскока о пол Пролезание в обруч правым и левым боком Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове</p>	<p>«Не оставайся на полу»</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди и промолчи».</p>
<p>Занятие №43 на улице Закрепить навык скользящего шага, повторить игровые упражнения с бегом , прыжками и метанием на дальность (Стр. 65 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба скользящим шагом с соблюдением дистанции</p>		<p>«Пробеги не задень» «Кто дальше бросит»</p>	<p>«Мороз Красный нос»</p>	<p>Ходьба змейкой между предметами</p>

4 неделя История карпушек/	<p>Занятие №44 Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек (Стр. 65 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному; затем в круг Ходьба по кругу вправо, бег по кругу ..</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с обручем</p>	<p>Лазанье на гимнастическую стенку Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед</p>	<p>Подвижная игра «Хитрая лиса».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>
	<p>Занятие №45 Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек (Стр. 66 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному; затем в круг Ходьба по кругу вправо, бег по кругу ..</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с обручем</p>	<p>Лазанье на гимнастическую стенку и ходьба на четвертой рейке в сторону Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой Прыжки на двух ногах через шнур Ведение мяча до обозначенного места</p>	<p>Подвижная игра «Хитрая лиса».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>
	<p>Занятие №46 на улице Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками (Стр. 66 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба скользящим шагом</p>		<p>«По местам» «С горки» «Кто дальше бросит»</p>	<p>«Карусель»</p>	<p>Ходьба</p>

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
ФЕВРАЛЬ						
5/1 неделя История карапушек / День освобождения Сталинграда	<p>Занятие №47 Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в непрерывном беге до 1 мин; продолжают учить сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. (Стр. 68 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному бег до 1мин в умеренном темпе с изменением направления движения; ходьба в колонне по одному. Перестроение в три колонны.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой</p>	<p>1. Ходьба по наклонной доске 2. Прыжки - перепрыгивание через бруски 3. Забрасывание мячей в корзину</p>	<p>Подвижная игра «Охотники и зайцы»</p>	<p>ИМП по выбору</p>

<p>Занятие №48 Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в непрерывном беге до 1 мин; продолжают учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. (Стр. 69 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному бег до 1мин в умеренном темпе с изменением направления движения; ходьба в колонне по одному. Перестроение в три колонны.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой</p>	<p>1. Бег по гимнастической скамейке 2. Прыжки - перепрыгивание через бруски правым и левым боком 3. Забрасывание мячей в корзину от груди</p>	<p>Подвижная игра «Охотники и зайцы»</p>	<p>ИМП по выбору</p>
<p>Занятие №49 на улице Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить боковые шаги; повторить игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу и скольжении по ледяной дорожке. (Стр. 69 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Игра малой подвижности Построение: одна подгруппа детей на санках, вторая на лыжах,</p>		<p>4.«Точный пас» 5.«По дорожке»</p>	<p>Подвижная игра «Мороз-Красный нос».</p>	<p>Ходьба в среднем темпе между ледяными постройками</p>

<p>2 неделя День Российской науки / ФИП / 4 Д игра</p>	<p>Занятие №50 Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю. (Стр. 70 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, объяснение задания. Перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег в рассыпную с остановкой на сигнал воспитателя.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с мячом</p>	<p>Прыжки в длину с места Отбивание мяча пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом Подлезание под дугу</p>	<p>Подвижная игра «Не оставайся на полу.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с заданиями для рук.</p>
--	--	--	---	--	--	--

	<p>Занятие №51 Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю. (Стр. 71 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, объяснение задания. Перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал воспитателя.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с мячом</p>	<p>Прыжки в длину с места Перебрасывание мяча одной рукой и ловля другой после отскока о пол двумя руками в шеренге Ползание на четвереньках между предметами</p>	<p>Подвижная игра «Не оставайся на полу.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с заданиями для рук.</p>
	<p>Занятие №52 Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками (Стр. 71 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу выполнение различных упражнений</p>		<p>«Кто дальше». «Кто быстрее».</p>	<p>«Охотники и зайцы»</p>	<p>Игра малой подвижности «Найдем следы зайца».</p>

3 недели История Донского края/ День памяти	<p>Занятие №53 Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее. (Стр. 71 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба и бег между предметами, скамейками. Перестроение в три колонны справа от скамеек. .</p>	<p>Общеразвивающие упражнения на скамейках.</p>	<p>1. Метание мешочков в вертикальную цель 2. Подлезание под палку 3. Перешагивание через шнур</p>	<p>Подвижная игра «Мышеловка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>
	<p>Занятие №54 Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее. (Стр. 72 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба и бег между предметами, скамейками. Перестроение в три колонны справа от скамеек. .</p>	<p>Общеразвивающие упражнения на скамейках.</p>	<p>1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине 3. Ходьба на носках между кеглями 4. Прыжки на двух ногах через шнуры</p>	<p>Подвижная игра «Мышеловка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>

	Занятие №55 Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность и в цель. (Стр. 73 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	Ходьба в колонне по одному. Эстафета с передачей мяча в колонне		1.«Точно в круг». 2.«Кто дальше».	Подвижная игра «Ловишки-перебежки»	Ходьба за самым ловким и быстрым ловишкой
4 неделя	Проект «Защитники Отечества»					

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

<p>5/1 неделя Акция Доброе сердце/ История карапушек</p>	<p>Занятие №56 Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер. (Стр. 76 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному бег с поворотами в другую сторону; упражнения для рук во время ходьбы; бег враспынную. Построение в три колонны.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с малым мячом.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока 	<p>Подвижная игра «Пожарные на учении».</p>	<p>Эстафета с большим мячом «Мяч водящему».</p>
---	--	--	--	---	---	---

	<p>Занятие №57 Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер. (Стр. 77 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному бег с поворотами в другую сторону; упражнения для рук во время ходьбы; бег враспынную.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с малым мячом.</p>	<p>1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове 2. Прыжки на двух ногах через набивные мячи 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока с хлопком</p>	<p>Подвижная игра «Пожарные на учении».</p>	<p>Эстафета с большим мячом «Мяч водящему».</p>
	<p>Занятие №58 на улице Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу развивать ловкость и глазомер, (Стр. 78 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба , непрерывный бег за воспитателем (до 1 мин) между ледяными постройками; переход на ходьбу.</p>		<p>1. «Пас точно на клюшку». 2.«Проведи — не задень».</p>	<p>Подвижная игра «Горелки</p>	<p>игра малой подвижности «Летает — не летает».</p>

2 неделя	Апрект «Светлый праздник- женский день!»					
3 неделя 11-15 Весенний декадник по ПДД «Дорога и дети»/ Масленица	Занятие №59 Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге в рассыпную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках. (Стр. 81 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	ходьба и бег со сменой темпа. Ходьба и бег в рассыпную .	Общеразвивающие упражнения с кубиками	1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом 3. Прыжки правым (левым) боком через шнур	Подвижная игра «Стоп».	Ходьба в колонне по одному
	Занятие №60 Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге в рассыпную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках. (Стр. 82 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	ходьба и бег со сменой темпа. Ходьба и бег в рассыпную .	Общеразвивающие упражнения с кубиками	1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 2. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом на середине 3. Прыжки из обруча в обруч	Подвижная игра «Стоп».	Ходьба в колонне по одному

4 неделя История Донского края/ День воссоединения Крыма с Россией	<p>Занятие №61 Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии. (Стр. 83 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал воспитателя.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с обручем</p>	<p>1. Метание мешочков горизонтальную цель 2. Подлезание под шнур боком 3. Ходьба на носках между набивными мячами</p>	<p>Подвижная игра «Не оставайся на полу».</p>	<p>Игра малой подвижности «Угадай по голосу».</p>
	<p>Занятие №62 Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии. (Стр. 84 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал воспитателя.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с обручем</p>	<p>1. Метание мешочков горизонтальную цель 2. Ползание на четвереньках между предметами 3. Ходьба с перешагиванием через предметы</p>	<p>Подвижная игра «Не оставайся на полу».</p>	<p>Игра малой подвижности «Угадай по голосу».</p>

	Занятие №63 на улице Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и бегом. (Стр. 85 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	Упражнение в беге на скорость		1.«Прокати и сбей». 2.«Пробеги - не задень».	Подвижная игра Удочка	Эстафета с мячом.
5 неделя День театра/ ФИП / 4Д игра	Занятие №64 Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге в рассыпную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках. (Стр. 81 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	ходьба и бег со сменой темпа. Ходьба и бег в рассыпную .	Общеразвивающие упражнения с кубиками	1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом 3. Прыжки правым (левым) боком через шнур	Подвижная игра «Стоп».	Ходьба в колонне по одному

	<p>Занятие №65 Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге в рассыпную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках. (Стр. 82 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>ходьба и бег со сменой темпа. Ходьба и бег в рассыпную .</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с кубиками</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 2. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом на середине 3. Прыжки из обруча в обруч</p>	<p>Подвижная игра «Стоп».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>
	<p>Занятие №66 на улице Упражнять детей в беге на дистанцию 10 м в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. (Стр. 83 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному — 10 м, переход на бег — 10 м,</p>		<p>1.«Канатоходец». 2.«Удочка».</p>	<p>Эстафета с большим мячом — «Быстро передай».</p>	<p>ИМП «Угадай по голосу»</p>

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

<p>1 неделя День смеха/ День здоровья / История карапушек</p>	<p>Занятие № 67 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; продолжать учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках на двух ногах и метании в вертикальную цель. (Стр. 86 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно правой и левой ногой</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой</p>	<p>1.Ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки через бруски 3.Бросание мяча двумя руками из-за головы, стоя в ширенгах</p>	<p>Подвижная игра «Медведи и пчелы».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя: «Сделай фигуру!»</p>
<p>2 неделя День авиации и космонавтики</p>	<p>Занятие №68 Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них(Стр. 88 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег между предметами</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с короткой скакалкой</p>	<p>1. Прыжки через короткую скакалку на месте 2. Прокатывание обруча друг другу 3. Пролезание в обруч</p>	<p>Подвижная игра Ловишки-перебежки.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

<p>Занятие №69 Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них (Стр. 89 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег между предметами</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с короткой скакалкой</p>	<p>1. Прыжки через короткую скакалку на месте 2. Прокатывание обруча друг другу 3. Пролезание в обруч</p>	<p>Подвижная игра Ловишки-перебежки.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>Занятие №70 на улице Упражнять детей в непрерывном беге, повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.(Стр. 89 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну; бег в среднем темпе за воспитателем до 1,5 мин между предметами</p>		<p>1. «Пройди — не задень» 2. «Догони обруч». 3. «Перебрось и поймай»</p>	<p>Эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка».</p>	<p>Игра малой подвижности «Кто ушел?».</p>

3 неделя День защиты детей от ЧС/ ФИП/ 4Дигра

Занятие №71
Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную; закреплять исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании и равновесии. (Стр. 89 Пензулаева Л.И
Физическая культура в детском саду 5-6 лет)

Построение в шеренгу, перестроение в колонну.
Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя

Общеразвивающие упражнения с мячом.

1. Метание мешочков в вертикальную цель
2. Ползание по полу
3. Ходьба по гимнастической перепрыгиванием через кубики скамейке на носках

Подвижная игра «Удочка»

Ходьба в колонне по одному между предметами, не задевая их.

Занятие №72
Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную; закреплять исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании и равновесии. (Стр. 91 Пензулаева Л.И
Физическая культура в детском саду 5-6 лет)

Построение в шеренгу, перестроение в колонну.
Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя

Общеразвивающие упражнения с мячом.

1. Метание мешочков в вертикальную цель
2. Ползание по гимнастической скамейке
3. Ходьба по гимнастической перепрыгиванием через кубики скамейке на носках

Подвижная игра «Удочка»

Ходьба в колонне по одному между предметами, не задевая их.

	<p>Занятие №73 улица</p> <p>Повторить с детьми бег на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, с прыжками, с бегом. (Стр. 89 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, перестроение в 2-3 шеренги, челночный бег, ходьба в колонне по одному</p>		<p>1. «Кто быстрее».</p> <p>2. «Мяч в кругу».</p>	<p>Подвижная игра «Горелки»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности.</p>
4 неделя История Донского края/ День Земли/ День эколят	<p>Занятие №74 Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; упражнять в равновесии и прыжках. (Стр. 91 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному: бег до 1 мин в среднем темпе; ходьба и бег между предметами</p>	<p>Общеразвивающие упражнения без предмета</p>	<p>1. Лазанье по гимнастической стенке</p> <p>2. Прыжки через короткую скакалку</p> <p>3. Ходьба по канату</p>	<p>Подвижная игра «Карусель».</p>	<p>Игра малой подвижности «Угадай по голосу».</p>
	<p>Занятие №75 Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; упражнять в равновесии и прыжках. (Стр. 93 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному: бег до 1 мин в среднем темпе; ходьба и бег между предметами</p>	<p>Общеразвивающие упражнения без предмета</p>	<p>1. Лазанье по гимнастической стенке</p> <p>2. Прыжки через шнур</p> <p>3. Ходьба на носках между предметами</p>	<p>Подвижная игра «Карусель».</p>	<p>Игра малой подвижности «Угадай по голосу».</p>

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
МАЙ						
5/1 неделя Проект «Победный май»	<p>Занятие №76</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; отрабатывать навыки бросания мяча о стену. (Стр. 94 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Ходьба и бег парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег парами с поворотом в другую сторону.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения без предмета</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через предметы</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед</p> <p>3. Бросание мяча о стену</p>	<p>Подвижная игра Мышеловка.</p>	<p>Игра «Что изменилось?».</p>

	Занятие №77 улица Упражнять детей в беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1,5 мин; повторить игровые упражнения с мячом, бегом. (Стр. 93 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	Построение в колонну по одному, ходьба, высоко поднимая колени, бег в среднем темпе до 1,5 мин между предметами (в чередовании с ходьбой).		4. «Проведи мяч». 5. «Пас друг другу». 6. «Отбей волан»	Подвижная игра «Гуси-лебеди».	Ходьба в колонне по одному
2 неделя	Проект «Победный май»					
3 неделя День семьи/ ФИП/ 4Дигра/ История Донского края	Занятие №78 Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье. (Стр. 96 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)	Построение в шеренгу, построение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры ;	Общеразвивающие упражнения с флажками.	1. Прыжки в длину с разбега 2. Перебрасывание мяча 3. Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по-медвежьи	Подвижная игра «Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи».

	<p>Занятие №79 Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье. (Стр. 97 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, построение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с флажками.</p>	<p>1. Прыжки в длину с разбега 2. Забрасывания мяча в корзину 3. Лазанье под дугу</p>	<p>Подвижная игра «Не оставайся на полу»</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди и промолчи».</p>
	<p>Занятие №80 улица упражнять в непрерывном беге между предметами до 2 мин; упражнять в прокатывании плоских обручей; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками. (Стр. 97 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 5-6 лет)</p>	<p>ходьба и бег враспынную, бег в умеренном темпе за воспитателем между предметами до 1,5 мин (в чередовании с ходьбой).</p>		<p>«Прокати — не урони». «Кто быстрее». «Забрось в кольцо».</p>	<p>Подвижная игра «Совушка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>
<p>4 неделя</p>	<p>МОНИТОРИНГ Выпуск детей в школу.</p>					.

5 неделя	МОНИТОРИНГ Акция «Внимание, дети!» по ПДД					
----------	---	--	--	--	--	--

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ №7, №9

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
СЕНТЯБРЬ						
1 неделя	МОНИТОРИНГ День знаний Акция «Внимание, дети!» по ПДД					
2 неделя	МОНИТОРИНГ История Донского края					

<p>Занятие №1 Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. (Стр.9 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с четким поворотом на углах зала (площадки) по ориентирам. Бег в умеренном темпе. Перестроение в три колонны.</p>	<p>ОРУ .</p>	<p>1.Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками 3.Упражнение на умение сохранять равновесие</p>	<p>Подвижная игра «Ловишки»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>Занятие №2 Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. (Стр.10 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; бег — 20 м; ходьба — 10 м. Ходьба и бег между предметами</p>		<p>Ходьба по гимнастической скамейке боком , перешагивая через набивные мячи (количество мячей зависит от длины скамейки), последовательно через каждый (два приставных шага, на третий – перешагивание через мяч). Руки за голову или на поясе. 2. Прыжки на двух ногах через набивные мячи (5-6 шт, расстояние между шнурами 40 см) 3. Пребрасывание мяча друг другу двумя руками из за головы, стоя в шеренгах (расстояние между детьми в шеренгах 3м) по 12-13 р.</p>	<p>Подвижная игра «Ловишки».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному..</p>

	Занятие №3 День радости: «Карапухи в гостях у детей»	Конспект				
4 неделя День дошкольного работника / ФИИП Летние подвижные игры (18-22)	Занятие №4 Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движения в прыжках с доставанием предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур (Стр.11 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному с изменением положения рук, бег в умеренном темпе, переход на ходьбу и перестроение в три колонны	ОРУ с флажками	Прыжки с доставанием до предмета Перебрасывание мяча через шнур Лазанье под шнур	«Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности (ИМП) «Летает-не летает»
	Занятие №5 Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движения в прыжках с доставанием предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур (Стр.13 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному с изменением положения рук, бег в умеренном темпе, переход на ходьбу и перестроение в три колонны	ОРУ с флажками	Прыжки на двух ногах между предметами Перебрасывание мяча друг другу Упражнение в ползании-«крокодил»	«Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности (ИМП) «Летает-не летает»

	<p>Занятие №6 улица</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обруча друг другу; развивать внимание и быстроту движений (Стр.14 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p> <p>Ходьба в колонне по одному, змейкой между предметов, ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу</p>		<p>«Быстром встань в колонну»</p> <p>«Прокати обруч»</p>	«Совушки»	ИМП «Великаны и гномы»

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			ОКТАБРЬ			
1 неделя Неделя экологического (2-6)	<p>Занятие №7</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с четким поворотом на углах зала (площадки) по ориентирам. Бег в умеренном темпе. Перестроение в три колонны.</p>	ОРУ с малым мячом	<p>1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях</p> <p>2.Ходьба по гимнастической скамейке;.</p> <p>3.Прыжки из обруча в обруч</p>	Подвижная игра «Удочка».	Ходьба в колонне по одному.

	гимнастической скамейке. (Стр.15 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)					
	Занятие №8 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр 42	Занятие №1 Большая тематическая игра(БТИ) «Мир сказок» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Лежебокая страна»				
	Занятие №9 Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу, упражнять в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта» (Стр.18 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному с различным положением рук, переход на бег до 1 мин, переход на ходьбу и построение в круг		«Прыжки по кругу» «Проведи мяч» «Круговая лапта»		Игра «Фигуры».
2 неделя История Донского края/ ФИШ/ 4 Д игра	Занятие №10 Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом, (Стр.20 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами. Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движений; бег с преодолением препятствий	ОРУ без предметов	1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры 3.Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками. с хлопком в ладоши	«Перелет птиц».	Ходьба в колонне по одному.
	Занятие №11 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая	Занятие №2 Большая тематическая игра(БТИ) «Подземное царство» Ситуационная мини-игра (СМИ) «В гости к царю Угольку»				

	деятельность 6-7 лет» стр48					
	Занятие №12 улица Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках (Стр.22 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движений; бег с преодолением препятствий — перепрыгивание через бруски.		Игровые упражнения «Перебрось — поймай», «Не попадись».	Подвижная игра «Фигуры».	
3 неделя	Занятие №13 Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом. (Стр.22 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба с изменением направления; бег с перешагиванием через предметы. Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движений; бег с преодолением препятствий	ОРУ с обручем	1.Прыжки с высоты 2.Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед 3.Ползание на ладонях и ступнях	«Не оставайся на полу».	И.М.П. «Эхо».
	Занятие №14 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр 42	Занятие №1 Большая тематическая игра(БТИ) «Мир сказок» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Лежебокая страна»				
	Занятие №15 Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать	Ходьба в колонне по одному; перестроение в колонну по два в движении; бег в		Игровые упражнения «Кто самый меткий?», «Перепрыгни — не задень».	Подвижная игра «Совушка».	Ходьба в колонне по одному.

	точность броска; упражнять в прыжках. (Стр.24 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты).				
4 неделя	Осень, Осень в гости просим(проектная деятельность)					

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
НОЯБРЬ						
5/1 неделя История Донского края/День Народного единства	Занятие №16 Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом. (Стр.29 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба и бег в колонне по одному по кругу с ускорением и замедлением темпа движения. Главное — в ходьбе и беге соблюдать равномерную дистанцию друг от друга.	ОРУ без предмета	Ходьба по канату (шнуру) боком, приставным шагом двумя способами: пятки на полу, носки на канате, носки или середина стопы на канате. Прыжки на двух ногах через шнуры Эстафета с мячом «Мяч водящему». (см. стр. 31)	Подвижная игра «Догони свою пару».	Игра «Угадай чей голосок?»

	<p>Занятие №17 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр48</p>	<p>Занятие №2 Большая тематическая игра(БТИ) «Подземное царство» Ситуационная мини-игра (СМИ) «В гости к царю Угольку»</p>				
<p>2 неделя История карапушек/ Осенний декадник ПДД</p>	<p>Занятие №18 Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. (Стр.32 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения по сигналу воспитателя; с упражнениями для рук</p>	<p>ОРУ со скакалкой</p>	<p>1 Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 2 Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 3 Броски мяча друг другу стоя в шеренгах</p>	<p>Подвижная игра «Фигуры».</p>	<p>Ходьба</p>
	<p>Занятие №19 Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. (Стр.34 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения по сигналу воспитателя; с упражнениями для рук (на носках, руки за голову; широким свободным шагом; семенящим шагом, руки на пояс).</p>		<p>1. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 2. Ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча не более 1 кг). 3. Передача мяча в шеренгах (3—4 шеренги; дети стоят на расстоянии одного шага друг от друга и передают вдоль шеренги мяч с поворотом к партнеру).</p>	<p>Подвижная игра «Фигуры».</p>	<p>Ходьба</p>
	<p>Занятие №20 История Карапушек» Конспект</p>	<p>День здоровья «Вперед- к победе»</p>				

3 недели Международный день толерантности / ФИИП Народные подвижные игры	<p>Занятие №21 Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии. (Стр.34Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному между кубиками (6—8 шт.), поставленными в две линии по двум сторонам зала; бег врассыпную. Ходьбу и бег повторить в чередовании.</p>	<p>ОРУ с кубиками</p>	<p>Ведение мяча в прямом направлении Лазанье под дугу Ходьба на носках, руки за головой между набивными мячами</p>	<p>Подвижная игра «Перелет птиц».</p>	<p>Игра малой подвижности «Летает — не летает».</p>
	<p>Занятие №22 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр48</p>	<p>Занятие №2 Большая тематическая игра(БТИ) «Подземное царство» Ситуационная мини-игра (СМИ) «В гости к царю Угольку»</p>				
	<p>Занятие №23 улица Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом. (Стр.36Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному в обход зала; по сигналу воспитателя переход к ходьбе с высоким подниманием колен, затем к ходьбе широкими шагами со свободной координацией рук, далее ходьба мелким, семенящим шагом на носочках, и так в чередовании; бег врассыпную; переход на обычную ходьбу.</p>		<p><i>Игровые упражнения</i> «Мяч водящему»</p>	<p>Подвижная игра «По местам».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

4 неделя День матери / Правовое просвещение	<p>Занятие №24 Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие (Стр.37Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба и бег между предметами. По одной стороне зала выполняется ходьба «змейкой» между кеглями; по второй — бег между кубиками или мячами (набивными). Ходьба и бег в рассыпную; построение в 3 колонны.</p>	<p>ОРУ без предмета</p>	<p>1 Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет. 2.Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева попеременно. 3.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, руки вперед, выпрямиться и пройти дальше. 4.Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками.</p>	<p>Подвижная игра «Фигуры».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
	<p>Занятие №25 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр98</p>	<p>БТИ «Солнышко» СМИ «Сказка о любопытном солнечном зайчике»</p>				
	<p>Занятие №26улица Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом. (Стр.39 Пензулаева Л.И Физическая культура в</p>	<p>Ходьба с изменением направления движения по обозначенным ориентирам; ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя выполнение поворотов прыжков направо (налево); ходьба и бег в рассыпную.</p>		<p><i>Игровые упражнения</i> 1.«Передай мяч». 2.«С кочки на кочку».</p>	<p>Подвижная игра «Хитрая лиса».</p>	<p>Игра малой подвижности по выбору детей.</p>

	детском саду 6-7 лет)					
--	-----------------------	--	--	--	--	--

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			ДЕКАБРЬ			
1 неделя День матери Казачки/ День неизвестного солдата	Занятие №27 Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом. (Стр.40 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба и бег с различными положениями рук, бег в рассыпную	ОРУ в парах	1.Равновесие. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные 2.Прыжки на двух ногах между предметами 3.Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.	Подвижная игра «Хитрая лиса».	Ходьба в колонне по одному
	Занятие №28 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр98	БТИ «Солнышко» СМИ «Сказка о любопытном солнечном зайчике»				

	<p>Занятие №29 улица Повторить ходьбу в колонне по одному"с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. . (Стр.41 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя «Аист!» остановиться на одной ноге, слегка поджав вторую ногу, руки в стороны; продолжение ходьбы; на сигнал «Лягушки!» присесть, положив руки на колени; на сигнал «Зайки!» прыжки на двух ногах на месте. Бег в умеренном темпе(продолжительность до 1,5 минуты), без остановки, затем переход на обычную ходьбу.</p>		<p>Игровые упражнения «Пройди — не задень». «Пас на ходу». Прыжки на двух ногах через короткую скакалку.</p>	<p>Подвижная игра «Совушка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>2 неделя Декада инвалидов/ День героев Отечества</p>	<p>Занятие №30 Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом. (Стр.42 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя (медленные удары в бубен или хлопки) ходьба широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу; на следующий сигнал (частые удары) ходьба мелким, семенящим шагом, руки на пояс; бег</p>	<p>ОРУ без предмета</p>	<p>1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед (расстояние 6 м). 2. Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне*». 3.Ползание по скамейке на ладонях и коленях</p>	<p>Подвижная игра «Салки с ленточкой».</p>	<p>Игра малой подвижности «Эхо!».</p>

		врассыпную, ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны.				
	Занятие №31 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр116	Занятие №1 Большая тематическая игра(БТИ) «Времена года» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Бабушка зима»				
	Занятие №32 Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание. (Стр.43 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному, ходьба врассыпную; на сигнал педагога «Цапля!» остановиться и поднять одну ногу, согнутую в колене, руки за голову, удерживая равновесие; переход на обычную ходьбу. На сигнал «Бабочки!» бег врассыпную, помахивая руками «как крылышками». Ходьба и бег проводятся в чередовании.		Игровые упражнения «Пройди — не урони». «Из кружка в кружок».	Игровое упражнение «Стой!».	Ходьба в колонне по одному.
3 недели День Конституц	Занятие №33 Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании	Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя	ОРУ с мячом	Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. 2.Ползание по	Подвижная игра «Попрыгунчики-воробышки».	Ходьба в колонне по одному.

	<p>малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии. (Стр.45 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>(широкими свободными шагами и коротким, семенящим шагом); бег врассыпную; чередование ходьбы и бега.</p>		<p>гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков 3.Равновесие — ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову или на пояс</p>		
	<p>Занятие №34 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр48</p>	<p>Занятие №2 Большая тематическая игра(БТИ) «Подземное царство» Ситуационная мини-игра (СМИ) «В гости к царю Угольку»</p>				
	<p>Занятие №35 улица Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие. (Стр.46 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу; бег врассыпную, ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения.</p>		<p>Игровые упражнения «Пас на ходу». «Кто быстрее». «Пройди — не урони».</p>	<p>Подвижная игра «Лягушки и цапля».</p>	<p>Игра малой подвижности по выбору детей.</p>

4 неделя История карапушек / Экономическое воспитание	<p>Занятие №36 Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «помедвежь»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие. (Стр.467Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Пере-строение в колонну по одному, переход на ходьбу по кругу. Ходьба и бег по кругу; на сигнал воспитателя «Поворот!» все поворачиваются кругом и продолжают ходьбу. Затем при беге снова подается команда и дети выполняют поворот без остановки движения.</p>	<p>ОРУ без предмета</p>	<p>Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях («помедвежь») выполняется поточным способом (2-3 раза).</p>	<p>Подвижная игра «Хитрая лиса».</p>	<p>Игра малой подвижности «Эхо».</p>
	<p>Занятие №37 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр116</p>	<p>Занятие №1 Большая тематическая игра(БТИ) «Времена года» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Бабушка зима»</p>				
	<p>Занятие №38 улица Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность. (Стр.46 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному за ведущим между постройками из снега в среднем темпе.</p>		<p>Игровые упражнения «Точный пас».. «Кто дальше бросит?» «По дорожке проскользи».</p>		<p>Игра малой подвижности «Эхо».</p>

5 неделя	« К нам приходит Новый год!»					
--------------------	------------------------------	--	--	--	--	--

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

ЯНВАРЬ

2 неделя Прощание с Дедом Морозом / ПДД	Занятие №39 Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке (Стр.52 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному с выполнение заданий; ходьба и бег враспышную	ОРУ с кубиками	Прыжки в длину с места Перебрасывание мяча друг другу «Поймай мяч» Ползание на четвереньках толкая мяч	«Совушки»	ходьба

	Занятие №40 улица Повторить игровые упражнения «Снежная королева»; игровые упражнения на метание, с прыжками (Стр.54 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Игровые упражнения «Снежная королева»		«Кто дальше бросит» «Веселые воробышки»	«Два мороза»	Ходьба в умеренном темпе между предметами
3 неделя История карапушек / ФИП Зимние подвижные игры	Занятие №41 Упражнять в ходьбе и беге с дополнительными заданиями; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур (Стр.54 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя выполняя задания ; ходьба и бег врассыпную. Ходьба с перестроением в 3 колонны	ОРУ с мячом	Подбрасывание мяча вверх одной рукой ловля двумя руками Лазание под шнур боком Ходьба по гимнастической скамейке	Подвижная игра «Совушка».	Ходьба в колонне по одному.
	Занятие №42 История Карапушек» Конспект	Досуг «Игры для друзей»				
	Занятие №43 улица Упражнять в ходьбе между предметами; повторить катание на санках (Стр.56 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Игровые упражнения «Хоккеисты»		Катание на санках	Подвижная игра «Два мороза»	Ходьба в колонне по одному между предметами.
4 неделя История Донского	Занятие №44 Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения по указанию	ОРУ со скакалкой	1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине (2	Подвижная игра «Паук и мухи»	Игра малой подвижности по

	ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках. (Стр.57 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	воспитателя: ходьба и бег враспынную по всему залу; ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны.		раза). 2.Равновесие — ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки. 3.Прыжки через короткую скакалку различными способами.		выбору детей
	Занятие №45 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр165	Занятие №2 Большая тематическая игра(БТИ) «В поисках сокровищ» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Звон золотых монет»				
	Занятие №46 улица Повторить ходьбу между постройками; упражнять в скользящем шаге; разучить игру «По местам» (Стр.58 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному межд постройками; ходьба и бег враспынную		«По ледяной дорожке» «По местам»	«Поезд»	

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
ФЕВРАЛЬ						
1/5 неделя	Занятие №47 Упражнять в сохранении	Ходьба в колонне по одному с	ОРУ с обручем	1.Равновесие — ходьба по гимнастической	Подвижная игра «Ключи».	Ходьба в колонне по

	<p>равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. (Стр.59 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>выполнением задания в форме игры «Река и ров». Играющие идут в колонне по одному. Ходьба в колонне по одному</p>		<p>скамейке, перешагивая через набивные мячи 2.Броски мяча в середину между шеренгами одной рукой, ловля двумя руками. 3. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры.</p>		<p>одному.</p>
	<p>Занятие №48 История Карпушек» Конспект</p>	<p>День здоровья «Снежные забавы»</p>				
	<p>Занятие №49 улица Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками. (Стр.60 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>«Быстро по местам». По кругу ставят санки (на один меньше количества играющих). Дети выполняют ходьбу между санками «змейкой», затем бег в умеренном темпе, а на сигнал «По местам!»</p>		<p><i>Игровые упражнения</i> 1.«Точная подача». 2.«Попрыгунчики».</p>	<p>Подвижная игра «Два Мороза».</p>	

2 неделя День Российской науки / ФИП Экологические игры	Занятие №50 Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу). (Стр.61 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба на носках, руки на пояс; переход на обычную ходьбу, затем ходьба с хлопками на каждый шаг перед собой и за спиной. Ходьба и бег враспынную.	ОРУ с палками	Прыжки — подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. 2.Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (баскетбольный вариант). 3.Лазанье пол дугу (шнур) прямо и боком.	Подвижная игра «Не оставайся на земле».	Ходьба в колонне по одному.
	Занятие №51 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве 3-7 лет» стр 170	Большая тематическая игра(БТИ) «Мир вокруг нас» Ситуационная мини-игра (СМИ) «В гостях у скамейки посиделки»				
	Занятие №52 улица Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой. (Стр.62 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Игра «Фигуры». Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе; бег по всей площадке, на сигнал «Фигуры!» остановиться и показать какую-либо «фигуру		<i>Игровые упражнения</i> «Гонки санок». «Пас на клюшку».	Игра «Затейники».	
3 неделя История Донского края	Занятие №53 Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в ме-	Ходьба в колонне по одному; на сигнал воспитателя (частые удары в бубен) ходьба широким свободным шагом; переход на	ОРУ без предмета	Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет Ходьба парами по стоящим рядом	Подвижная игра «Не попадись» (с прыжками	Ходьба в колонне по одному.

<p>тании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания. (Стр.63 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>обычную ходьбу. На частые удары в бубен ходьба короткими, семенящими шагами. Подпрыгивания попеременно на правой и левой ноге в движении; переход на обычную ходьбу колонной по одному, перестроение в колонну по три.</p>		<p>параллельно гимнастическим скамейкам, держась за руки, «Попади в круг». Метание мешочков правой и левой рукой в обручи</p>		
<p>Занятие №54 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве 3-7 лет» стр165</p>	<p>Занятие №2 Большая тематическая игра(БТИ) «В поисках сокровищ» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Звон золотых монет»</p>				
<p>Занятие №55 улица Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой. (Стр.64 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>«Снежинки». Дети образуют круг. Ходьба по кругу; на сигнал воспитателя «Ветер!» дети-снежинки ускоряют шаг и переходят на бег в умеренном темпе. На сигнал «Ветер стих!» постепенно замедляют движение и останавливаются.</p>		<p>«Гонка санок». «Загони шайбу».</p>	<p>«Карусель»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

4 неделя Проект «Защитники Отечества»	<p>Занятие №64 Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий на внимание; в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки (Стр.65 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с остановкой на сигнал. Ходьба и бег враспынную с нахождением своего места</p>	ОРУ с мячом	<p>Ползание на четвереньках между предметами Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки из обруча в обруч</p>	«Жуки»	ИМП «Угадай, чей голосок»
	<p>Занятие №65 Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий на внимание; в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки(Стр.66 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с остановкой на сигнал. Ходьба и бег враспынную с нахождением своего места</p>	ОРУ с мячом	<p>Лазанье на гимнастическую стенку Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове</p>	Эстафета с мячом «Передал- садись»	ИМП «Угадай, чей голосок»
	<p>Занятие №66 улица Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий «Найди свой цвет»; повторить игровые задания с метанием прыжками (Стр.66 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба с выполнением заданий «Найди свой цвет»</p>		«Не попадись»	«Карусель»	

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
			МАРТ			
1 неделя Масленица / История карапушек	<p>Занятие №67</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. (Стр.72 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между кеглями и кубиками (по одной стороне зала расставлены кегли, по другой — кубики; расстояние между предметами 40 см); главное — сохранять дистанцию друг от друга и не задевать предметы; ходьба и бег в рассыпную.</p>	<p>ОРУ с мячом</p>	<p>1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу — на середине разойтись таким образом, чтобы сохранить равновесие и не упасть со скамейки.</p> <p>2. Прыжки. Выполняется шеренгами. На исходную линию выхллит первая группа детей. Задание: передвигаться прыжками на двух ногах вперед способом ноги врозь, ноги вместе (дистанция 10 м). Поворот кругом — и сделать 2—3 шага назад от линии финиша (2 раза).</p> <p>3. Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге».</p>	<p>Подвижная игра «Ключи».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

	<p>Занятие №68 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве 3-7 лет» стр 170</p>	<p>Большая тематическая игра(БТИ) «Мир вокруг нас» Ситуационная мини-игра (СМИ) «В гостях у скамейки посиделки»</p>				
	<p>Занятие №69 улица Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом. (Стр.73 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>«Бегуны». Дети становятся на линии старта в шеренгу. По команде «Марш» бег на скорость (дистанция 10 м)</p>		<p>Игровые упражнения Игра «Лягушки в болоте». «Мяч о стенку».</p>	<p>Игра «Совушка».</p>	<p>Игра малой подвижности.</p>
<p>2 неделя «Светлый праздник- женский день»</p>	<p>Занятие №70 Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом. (Стр.74 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Река и ров» (с прыжками); ходьба и бег враспынную.</p>	<p>ОРУ с флажками</p>	<p>Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед. Перебрасывание мяча через сетку (веревку) двумя руками и ловля его после отскока от пола (земли). Ползание под шнур, не касаясь руками пола (сгруппироваться «в комочек»).</p> <p>Прыжки через короткую скакалку.</p>	<p>Подвижная игра «Затейники».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
	<p>Занятие №71 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр85</p>	<p>Большая тематическая игра(БТИ) «Кругосветное морское путешествие» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Боцман и юнги»</p>				

	Занятие №72 улица Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом. (Стр.75 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Игра с бегом «Мы — веселые ребята».		Игра «Охотники и утки».	Игра «Тихо — громко».	
3 неделя Весенний декадник по ПДД «Дорога и дети»	Занятие №73 Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. (Стр.76 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба на носках, руки за голову; переход на обычную ходьбу; ходьба в полуприседе, руки на коленях; ходьба и бег враспынную.	ОРУ с палкой	1.Метание мешочков в горизонтальную цель. 2.Ползание в прямом направлении на четвереньках («Кто быстрее»), 3.Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	Подвижная игра «Волк во рву».	Ходьба в колонне по одному за волком, который поймал большее количество коз.
	Занятие №74 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр 63	Большая тематическая игра(БТИ) «Ученические принадлежности» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Приключения цветных карандашей на большом письменном столе»				
	Занятие №75 улица Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. (Стр.78 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	«Кто скорее до мяча»..		<i>Игровые упражнения</i> «Пас ногой». «Ловкие зайчата».	«Подвижная игра «Горелки».	Игра «Эхо».

4 неделя История Донского края	Занятие №76 Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки. (Стр.79 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному; игровое задание «Река и ров»; ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу педагога.	ОРУ без предмета	1.Лазанье на гимнастическую стенку 2.Равновесие — ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи 3.Прыжки на правой и левой ноге между предметами	Подвижная игра «Совушка».	Игра малой подвижности по выбору детей.
	Занятие №77 История Карапушек» Конспект	День радости «Вот что значит настоящий, верный друг»				
	Занятие №.78улица Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом. (Стр.80 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Игровое упражнение «Салки — перебежки».		Игровые упражнения «Передача мяча в колонне». «Удочка» (с прыжками)	Подвижная игра. Игра «Горелки».	Игра малой подвижности по выбору детей
5 неделя День смеха / ФИП Спортивные игры	Занятие №79 Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. (Стр.76 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба на носках, руки за голову; переход на обычную ходьбу; ходьба в полуприседе, руки на коленях; ходьба и бег враспынную.	ОРУ с палкой	1.Метание мешочков в горизонтальную цель. 2.Ползание в прямом направлении на четвереньках («Кто быстрее»), 3.Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	Подвижная игра «Волк во рву».	Ходьба в колонне по одному за волком, который поймал большее количество коз.
	Занятие №80 Педагогическая методика	Большая тематическая игра(БТИ) «Ученические принадлежности» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Приключения цветных карандашей на большом письменном столе»				

	Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр 63					
	Занятие №81 улица Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. (Стр.78 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	«Кто скорее до мяча»..		<i>Игровые упражнения</i> «Пас ногой». «Ловкие зайчата».	«Подвижная игра «Горелки».	Игра «Эхо».

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
АПРЕЛЬ						
1 неделя День здоровья История карапушек	Занятие №82 Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом. (Стр.81 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Игра «Быстро возьми». Ходьба в колонне по одному, ходьба вокруг кубиков; бег; переход на ходьбу.	ОРУ с мячом	Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, продвигаясь вперед. Переброска мячей в шеренгах.	Подвижная игра «Хитрая лиса»	Ходьба в колонне по одному
	Занятие №83 Педагогическая методика Ефименко Н.Н.	Ф.3 №10 Большая тематическая игра(БТИ) «Жизнь» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Куда уходит время»				

	«Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр91					
	<p>Занятие №84 улица</p> <p>Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.</p> <p>(Стр.82 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Игровое задание «Быстро в шеренгу».</p> <p>Играющие становятся в три шеренги по трем сторонам зала (площадки) лицом друг к другу.</p> <p>На сигнал педагога «Беги!» разбегаются, кружатся в разные стороны. На сигнал «Быстро в шеренгу!» каждый ребенок должен быстро найти свое место в шеренге.</p> <p>Повторить 3 раза.</p>		<p>Игровые упражнения</p> <p>«Перешагни — не задень».</p> <p>«С кочки на кочку».</p>	<p>Подвижная игра «Охотники и утки».</p>	<p>Игра малой подвижности «Великаны и гномы».</p>
<p>2 неделя День авиации и космонавтики/ ФИП Сюжетно-ролевые игры</p>	<p>Занятие №85</p> <p>Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу</p> <p>(Стр.83 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному, переход на ходьбу по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя «Поворот!*; ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег враспынную.</p>	<p>ОРУ с обручем</p>	<p>Прыжки в длину с разбега.</p> <p>Броски мяча друг другу в парах.</p> <p>Ползание на четвереньках — «Кто быстрее до кубика».</p>	<p>Подвижная игра «Мышеловка».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
	<p>Занятие №86</p> <p>Педагогическая методика</p>	<p>Занятие №2 Большая тематическая игра(БТИ) «Весна красна» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Жизнь весенних стебельков»</p>				

	Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр 58					
	Занятие №87 Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках. (Стр.84 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	«Слушай сигнал». Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Поворот!» повернуть в другую сторону и продолжить ходьбу (поворот выполняется без остановки); бег врассыпную, на сигнал «Стоп!» остановиться. Упражнения в ходьбе и беге чередуются		Игровые упражнения «Пас ногой». «Пингвины».	Подвижная игра «Горелки».	Ходьба в колонне по одному.
3 неделя День Земли. Охрана водных ресурсов / День защиты детей от ЧС	Занятие №88 Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии. (Стр.84 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному. По сигналу педагога перестроение в пары (колонна по два); ходьба колонной по одному; ходьба и бег врассыпную.	ОРУ без предмета	Метание мешочков на дальность — «Кто дальше бросит». Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед («Кто быстрее до предмета»).	Подвижная игра «Затейники».	Ходьба в колонне по одному.
	Занятие №89 Педагогическая методика	Занятие №2 Большая тематическая игра(БТИ) «Весна красна» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Жизнь весенних стебельков»				

4 недели История Донского края	Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр 58					
	Занятие №90 улица Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии. (Стр.86 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному; бег в колонне по одному. «Перебежки».		Игровые упражнения «Пройди — не задень». «Кто дальше прыгнет». «Пас ногой». «Поймай мяч».	Подвижная игра малой подвижности «Тихо — громко».	Ходьба в колонне по одному.
	Занятие №91 Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом. (Стр.87 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Игровое задание «По местам».	ОРУ на гимнастических скамейках	Бросание мяча в шеренгах. Прыжки в длину с разбега. Равновесие — ходьба на носках между предметами с мешочком на голове	Подвижная игра «Салки с ленточкой».	Ходьба в колонне по одному.
Занятие №92 История Карапушек» Конспект	День дружбы «Ты да я, да мы с тобой»					
Занятие №93 улица Повторить игровые задания с бегом и ходьбой; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом. (Стр.88 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Игровое задание «Ров справа»		«Передача мяча в колонне»	Подвижная игра «Лягушки на болоте» «Горелки»	ИМП «Великаны и гномы»	

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
МАЙ						
1 неделя Проект «Победный май»	Занятие №94 Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку. (Стр.88 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя перестроение в пары по ходу движения (без остановки); бег врассыпную.	ОРУ с обручем	Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, передавая мяч перед собой и за спиной на каждый шаг. В конце скамейки сойти, не прыгая. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока, с дополнительным заданием.	Подвижная игра «Совушка».	Игра малой подвижности «Великаны и гномы».
	Занятие №95 Педагогическая методика Ефименко Н.Н. «Двигательно-игровая деятельность 6-7 лет» стр 91	Занятие №2 Большая тематическая игра(БТИ) «Жизнь» Ситуационная мини-игра (СМИ) «Куда уходит время»				
	Занятие №96 улица Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость;	Ходьба в колонне по одному, переход на бег в среднем темпе (продолжительность		<i>Игровые упражнения</i> «Пас на ходу». «Брось — поймай». Прыжки через короткую	Игра по выбору детей.	

	развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием. (Стр.90 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	до 2 минут); переход на ходьбу; повторить бег.		скакалку.		
2 неделя День семьи / 4Д игра	Занятие №97 Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом. (Стр.90 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному; ходьба со сменой темпа движения по сигналу педагога; ходьба и бег в рассыпную.	ОРУ с мячом	Прыжки в длину с места. Введение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (дистанция 6-10 м). Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола и не касаясь верхнего края обруча (3—4 раза).	Подвижная игра «Горелки».	Игра малой подвижности «Летает — не летает».
	Занятие №98 История «Карапушек» Конспект	День примирения.				
	Занятие №99 Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках (Стр.92 Пензулаева Л.И Физическая культура в детском саду 6-7 лет)	Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колен (как петушки) в медленном темпе; ходьба мелким, семенящим шагом, в чередовании;		Игровые упражнения «Ловкие прыгуны». «Проведи мяч» «Пас друг другу».	Игра «Мышеловка».	Ходьба в колонне по одному.

		бег врасыпную.				
3 неделя	МОНИТОРИНГ Выпуск детей в школу					
4 неделя	МОНИТОРИНГ Акция «Внимание, дети!» по ПДД					

2.4. Интеграция с другими образовательными областями

Процесс интеграции представляет собой объединение в единое целое ранее разрозненных компонентов и элементов системы на на основах взаимозависимости. Принцип интеграции ОО выступает как основополагающий принцип работы ДОО. В педагогической науке понятие «интеграция в сфере образования» определяется как средство и условие достижения целостности мышления. Интегративный подход дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы деятельности

Образовательная область	Формы работы
Социально-коммуникативное развитие	Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственно-волевых качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. Побуждение к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой
Познавательное развитие	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья. Измерение 9измерение расстояний условными мерками, подсчет количества движений, ориентировка в пространстве, придумывание новых образных названий упражнениям, выполнение различных упражнений, отражающих сезонные явления, объекты природы, выполнение упражнений под музыку
Речевое развитие	Обогащать активный словарь на занятиях физической культуры(команды, построения, виды движений и упражнений) , развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх. Развивать умение понимать обращенную речь с опорой и без опоры на наглядность при выполнении физических упражнений и в подвижных играх, обогащать словарь детей за счет расширения представлений о физических упражнениях, исходных положениях, зимних и летних видах спорта, подвижных игр и эстафет, развивать умение соблюдать этику общения в условиях коллективного взаимодействия.
Художественно-эстетическое развитие	Организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок, сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок, потешек. Отражение впечатлений детей о прослушанных и знакомых произведениях, литературных героях и событий на физкультурных занятиях и спортивных досугах; использование различных жанров фольклора (загадки, заклички, считалки) на физкультурных занятиях, спортивных праздниках, подвижных играх; освоение элементов танца и ритмопластики для создания танцевальных композиций спортивного направления.

2.5. Образовательная деятельность в режимных процессах (ОО Физическое развитие)

Режимные процессы	Образовательная деятельность
Утренний отрезок времени	индивидуальная работа в соответствии с задачами ОО Физическое развитие, оздоровительные и закаливающие процедуры, двигательная деятельность (подвижные игры, гимнастика и другое).
Занятия	В каждой возрастной группе в неделю проводится 2 физкультурных занятия в зале и одно на прогулке.
Прогулка	Проведение физкультурных занятий (в содержание занятий входят подвижные игры и спортивные упражнения); организация подвижных игр и спортивных упражнений направленных на оптимизацию режима двигательной активности; индивидуальная работа в соответствии с задачами ОО Физическое развитие; проведение спортивных праздников.
Вторая половина дня	закаливающие процедуры (гимнастика пробуждения), проведение спортивных досугов, праздников; индивидуальная работа в соответствии с задачами ОО Физическое развитие, работа с родителями (законными представителями)

2.6. Условия, способы и приемы поддержки детской инициативы

Любая деятельность ребенка в ДОО может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например:

самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.

Условия поддержки детской инициативы	<p>Уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребенка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы; организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребенка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности.</p> <p>Расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей задач, которые ребенок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребенка творчества, сообразительности, поиска новых подходов; поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребенка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы.</p> <p>Создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленных на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребенка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата.</p>
---	--

	<p>Поощрять и поддерживать желание детей получать результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребенку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата.</p> <p>Внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к ее дозированию; поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.</p>
<p>Способы и приемы поддержки детской инициативы</p>	<p>Не спешить на помощь ребенку, если он испытывает затруднения решения задачи, побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи дать совет, задать наводящий вопрос, активизировать имеющийся у ребенка опыт.</p> <p>Дать возможность ребенку самостоятельно решить поставленную задачу. Помочь в поиске разных вариантов решения одной задачи, поощрять активность детей в поиске, принимать любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживать инициативу и творческие решения, акцентировать внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобрять, хвалить за результат, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных действий.</p> <p>Особое внимание уделять общению с детьми в период кризиса семи лет: характерные для ребенка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребенком. Уделять внимание ребенку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Поддерживать ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.</p> <p>Акцентировать внимание на освоение ребенком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель(или принять ее от педагога), обдумать способы ее достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат. Предложить детям средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты.</p> <p>Уделять внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребенка</p>

2.7. Работа с родителями (законными представителями)

Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) придерживается следующих требований:

приоритет семьи в воспитании, образовании и развитии ребенка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка;

открытость: для родителей (законных представителей) доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребенка ДОО, предоставлен свободный доступ в ДОО, между педагогом и родителями (законными представителями) происходит обмен информацией об особенностях развития ребенка в ДОО и семье;

взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагога и родителей (законных представителей), позитивный настрой на общение и сотрудничество,

этичное и разумное использование полученной информации в интересах детей; индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии в совместное решение образовательных задач учитываются особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребенка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей).

Деятельность инструктора по физкультуре по построению взаимодействия с родителями (законными представителями)

Направление	Деятельность инструктора
диагностико-аналитическое	получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, ее запросах в отношении охраны здоровья и развития ребенка; об уровне компетенции родителей (законных представителей) по вопросам особенностей физического развития детей дошкольного возраста; планирование работы с семьей с учетом проведенного анализа
просветительское	просвещение родителей (законных представителей) по повышению уровня компетенции в вопросах здоровьесбережения ребенка: информирование о фактах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребенка (рациональная организация режима дня для ребенка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребенком и другое) информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО в решении данных задач; знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями проводимыми в ДОО
консультационное	консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребенком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другом

План работы с родителями (законными представителями) на 2024-2025 учебный год

Дата	Форма работы	Тема	Группа
Сентябрь	Буклет	«Спортивная форма»	Младшая группа
	Буклет	«Закаливание детей»	Средняя группа
	Консультация- передвижка	«Новое о ГТО»	Подготовительная группа
	Консультация стенд	«Чему научатся дети в учебном году»	Все группы
Октябрь	Консультация	«Для чего ребенку соблюдать режим дня»	Младшая группа

	Анкетирование	«Какое место занимает физкультура в вашей семье?»	Средняя группа
	Презентация (семейные ценности)	«Спортивный герб моей семьи»	Старшая группа
	Консультация стенд	«Казачьи подвижные игры»	Подготовительная группа
Ноябрь	Проект лепбук	«Чистота залог здоровья»	Младшая группа
	Семейные ценности	«Мой семейный спортивный альбом	Средняя группа
	Обмен опытом	«А мы играем так»	Старшая группа
	Открытое занятие		Подготовительная группа
Декабрь	День здоровья	«Веселые снеговики»	Средняя группа
	Проект лепбук	«Зимние виды спорта»	Старшая группа
	Проект лепбук	«ГТО для дошколят»	Подготовительная группа
	Консультация-стенд	«Подвижные игры зимой на воздухе»	Все группы
Январь	Творческий проект	«Дерево здоровья»	Младшая группа
	Мастер-класс	«Снежинка»- тренажеры для дыхательной гимнастики	Средняя группа
	Мастер-класс	«Школа мяча» (составление карточек-схем)	Подготовительная группа
	Консультация-стенд	1 ступень ГТО	Все группы
Февраль	Консультация	«Домашний стадион»	Младшая группа
	Фотовыставка	«Спортивная семья»	Средняя группа
	Физкультурный досуг	23 февраля	Старшая группа
	Физкультурный досуг	23 февраля	Подготовительная

			группа
Март	День здоровья	«Вместе весело играть»	Младшая группа
	Спортивный досуг	«Как поздравить маму»	Средняя группа
	Консультация-стенд	«Какой вид спорта подходит вашему ребенку»	Все группы
Апрель	Фотовыставка	«Малыши на спорте»	Младшая группа
	Обмен опытом	«Полезная еда»	Средняя группа
	День здоровья	«Надо спортом заниматься» спартакиада	Старшая группа
	Консультация-стенд	«Польза пеших прогулок»	Для всех групп
Май	Опрос	«Об уровне компетенции родителей (законных представителей) по вопросам особенностей физического развития детей дошкольного возраста»	Младшая группа Средняя группа
	Экскурсия к местам боевой славы	«Мы помним, мы гордимся»	Старшая и подготовительная группа
	Стенд	«Наши чемпионы»	Все группы
	Консультация- передвижка	«Как весело и с пользой провести лето!»	Все группы

2.8. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (КРР)

КРР и (или) инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей- инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Задачи КРР ОО Физическое развитие на уровне ДОО	<p>Определение ООП обучающихся, в том числе с трудностями освоения Федеральной программы и социализации;</p> <p>своевременное выявление обучающихся с трудностями социальной адаптации, обусловленными различными причинами;</p> <p>Осуществление индивидуально ориентированной психолого-</p>
---	--

	педагогической помощи обучающимся с учетом особенностей их психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии (ППК))
Содержание КРР	В образовательной области Физическое развитие содержание КРР для каждого обучающегося определяется с учетом его ООП на основе рекомендаций ППК ДОО

Категории целевых групп обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения

Целевые группы	Реализация КРР
Дети с ОВЗ и (или) инвалидностью, получившие статус в порядке, установленном законодательством Российской Федерации	Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми инвалидами согласно нозологическим группам осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования.
Обучающиеся по индивидуальному учебному плану на основании медицинского заключения (дети, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющие дети)	<p>Часто болеющие дети характеризуются повышенной заболеваемостью острыми респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными и наследственными состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребенком в посещение ДОО.</p> <p>Детям, находящимся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющим детям, свойственны: быстрая утомляемость, длительный период восстановления после заболевания и (или) его обострения (не менее 4-х недель), специфические особенности межличностного взаимодействия и деятельности (ограниченность круга общения больного ребенка, объективная зависимость от взрослых, стремление постоянно получать от них помощь). У таких детей в итоге появляются сложности в освоении программы и социальной адаптации.</p> <p>Направленность КРР с детьми, находящимися под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющими детьми на дошкольном уровне образования:</p> <ul style="list-style-type: none"> коррекция (развитие) коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сфер, познавательных процессов; снижение тревожности; помощь в решении поведенческих проблем; создание условий для для успешной социализации, оптимизации межличностного взаимодействия со взрослыми и сверстниками. <p>Включение часто болеющих детей в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основании медицинского заключения и рекомендаций ППК по результатам психолого педагогической диагностики.</p>
Обучающиеся, испытывающие трудности в освоении образовательных программ, развитии, адаптации.	<p>В эту группу могут входить дети мигрантов, испытывающие трудности с пониманием государственного языка российской Федерации на дошкольном уровне образования.</p> <p>Направление КРР:</p> <ul style="list-style-type: none"> развитие коммуникативных навыков, формирование чувствительности к сверстнику, его эмоциональному состоянию, намерениям и желаниям;

	<p>формирование уверенного поведения и социальной успешности; коррекция деструктивных эмоциональных состояний, возникших вследствие попадания в новую языковую и культурную среду (тревога, неуверенность, агрессия); создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку.</p> <p>Психолого-педагогическое сопровождение детей данной целевой группы осуществляется в контексте общей программы адаптации ребенка к ДОО. В случаях выраженных проблем социализации, личностного развития и общей дезадаптации ребенка, его включают в программу КРР на основе заключения ППК или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.</p>
<p>Обучающиеся «группы риска»</p>	<p>Дети проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных появлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая (завышенная) самооценка, завышенный уровень притязаний. Направленность КРР с обучающимися, имеющими девиации развития и поведения на дошкольном уровне образования:</p> <p>коррекция (развитие) социально-коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сферы;</p> <p>помощь в решении поведенческих проблем;</p> <p>формирование адекватных, социально приемлемых способов поведения;</p> <p>развитие рефлексивных способностей;</p> <p>совершенствование способов саморегуляции.</p> <p>Включение ребенка «группы риска» в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого- педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.</p>
<p>Одаренные обучающиеся</p>	<p>Направленность КРР с одаренными обучающимися на дошкольном уровне образования:</p> <p>определение уровня одаренности, личностных особенностей, прогноз возможных проблем и потенциала развития;</p> <p>вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс и установление с ними отношений сотрудничества как обязательного условия поддержки и развития одаренного ребенка, как в ДОО, так и в условиях семейного воспитания;</p> <p>создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку, обстановки, формирующей у ребенка чувство собственной значимости, поощрение его индивидуальности;</p> <p>сохранение и поддержка индивидуальности ребенка, развитие его индивидуальных способностей и творческого потенциала как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой;</p> <p>формирование коммуникативных навыков и развитие эмоциональной устойчивости;</p> <p>организация предметно-развивающей, обогащенной образовательной среды в условиях ДОО, благоприятную для развития физических способностей и одаренности в области физического развития.</p> <p>Включение ребенка в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого- педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК по результатам психологической и педагогической диагностики.</p>

2.9. Рабочая программа воспитания ОО Физическое развитие

1 Целевой раздел	
Общая цель воспитания в ДОО	<ol style="list-style-type: none"> 1) формирование первичных представлений о традиционных ценностях русского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения; 2) формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе; 3) становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.
Общие задачи воспитания в ДОО	<ol style="list-style-type: none"> 1) содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом; 2) способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести; 3) создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребенка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию; 4) осуществлять поддержку позитивной организации ребенка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.
Направления воспитания	<ol style="list-style-type: none"> 1) Патриотическое направление воспитания Цель- содействовать формированию у ребенка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны Ценности- родина и природа культура, семья 2) Духовно-нравственное направление. Цель- формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально ответственному поведению. Ценности- жизнь, милосердие, добро. 3) Социальное направление воспитания Цель- формирование ценностного отношения детей к семье, дому, человеку развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми. Ценности: семья, дружба, человек и сотрудничество 4) Познавательное направление Цель- формирование ценности познания Ценности: познание 5) Физическое и оздоровительное направление Цель: формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными навыками и правилами безопасности. Ценности: жизнь, здоровье. 6) Трудовое направление воспитания Цель: формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребенка к труду. Ценность: труд 7) Эстетическое направление воспитания

	Цель: способствовать становлению у ребенка ценностного отношения к красоте Ценности: культура, красота.
Целевые ориентиры воспитания на этапе завершения освоения программы ОО Физическое развитие	Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья- занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.
2. Содержательный раздел	
Задачи воспитания ОО Физическое развитие	Решение задач воспитания в рамках ОО Физическое развитие направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает: -формирование у ребенка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре; -становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническими нормами и правилами: -воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.
Формы деятельности сотрудничества с родителями (законными представителями) в процессе воспитательной работы	-родительское собрание; -круглый стол; -опрос; -мастер-класс; -анкета; -консультация -консультация- передвижка -стенд
События образовательной организации ОО Физическое развитие	-проекты воспитательной направленности -праздники -тематические встречи с родителями (законными представителями) имеющими отношение к спорту (мастер спорта, тренер, другое) -общие дела
Совместная деятельность в образовательных ситуациях ОО Физическое развитие	-ситуативная беседа, совет, вопрос; -заучивание стихов, считалок наизусть (подготовка к спортивным праздникам, сопровождение подвижных игр); -рассматривание и обсуждение картин, иллюстраций, просмотр видеороликов, презентаций, мультфильмов спортивной направленности; -организация выставок детского рисунка, семейных фотографий спортивной направленности; -экскурсии (в спорткомплексы, школьный спортзал); -участие в массовых мероприятиях города («Лыжня России», другие); туристические походы.
Организация предметно-пространственной среды	-знаки и символы государства; -компоненты среды, обеспечивающие ребенку возможности для укрепления здоровья, раскрывающие смысл здорового образа жизни, физической культуры и спорта(физкультурное оборудование, спортивный инвентарь);

	<p>-компоненты среды, предоставляющие ребенку возможность погружения в культуру России, знакомства с особенностями традиций многонационального русского народа. (атрибуты к народным подвижным играм, другое);</p> <p>-компоненты среды, обеспечивающие детям возможность общения, игры и совместной деятельности (спортивный инвентарь)</p>
Социальное партнерство	<p>-участие представителей комплекса ГТО в сдаче нормативов ГТО, мероприятиях, посвященных популяризации ГТО среди обучающихся;</p> <p>-проведение на базе школы спортивных мероприятий акций воспитательной направленности;</p> <p>-участие представителей ГИБДД в мероприятиях ДОО по безопасности дорожного движения;</p> <p>-реализация проектов воспитательной направленности, совместно разрабатываемых детьми, родителями (законными представителями), педагогами с организациями- партнерами.</p>
3 Организационный раздел	
Нормативно-методическое обеспечение.	Практическое руководство «Воспитателю о воспитании» электронный ресурс институт воспитания рф.
Приложение	
Федеральный календарный план воспитательной работы	
Сентябрь	<p>1 сентября- День знаний</p> <p>3 сентября- День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом</p> <p>8 сентября- Международный день распространения грамотности</p> <p>27 сентября- День воспитателя и всех дошкольных работников</p>
Октябрь	<p>1 октября: Международный день пожилых людей, Международный день музыки</p> <p>4 октября День защиты животных</p> <p>5 октября- День учителя</p> <p>Третье воскресенье октября- День отца в России</p>
Ноябрь	<p>4 ноября- День народного единства</p> <p>8 ноября- День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России</p> <p>Последнее воскресенье ноября- День матери в России</p> <p>30 ноября- День Государственного герба Российской Федерации</p>
Декабрь	<p>3 декабря- День неизвестного солдата; Международный день инвалидов (рекомендуется включить в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)</p> <p>5 декабря день добровольца (волонтера) в России</p> <p>8 декабря Международный день художника</p> <p>9 декабря День Героев Отечества</p> <p>12 декабря День Конституции Российской Федерации</p> <p>31 декабря- Новый год</p>
Январь	<p>27 января День снятия блокады Ленинграда; День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц-Биркенау (Освенцима)- День памяти жертв Холокоста (рекомендуется включать в план воспитательной работы с</p>

	дошкольниками регионально и/или ситуативно)
Февраль	2 февраля- День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно) 8 февраля День Российской науки 15 февраля День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами отечества 21 февраля- Международный день родного языка 23 февраля День защитника Отечества
Март	8 марта- Международный женский день 18 марта День воссоединения Крыма с Россией (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно) 27 марта Всемирный день театра
Апрель	12 апреля- День космонавтики
Май	1 мая - Праздник весны и труда 9 мая- День Победы 19 мая- День детских общественных организаций в России 24 мая- День славянской письменности и культуры
Июнь	1 июня- День защиты детей 6 июня- День русского языка 12 июня- День России 22июня- День памяти и скорби
Июль	8 июля- День семьи, любви и верности
Август	12 августа- День физкультурника 22 августа- День государственного флага Российской Федерации 27 августа- День российского кино

2.10. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений

В работе используются парциальные программы по физическому развитию:

- Педагогической технологии Н.Н.Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления»
- Педагогической технологии «Истории карапушек - как жить в мире с собой и другими?» Э.Ф. Алиева, О.Р. Радионова

Цель Педагогической технологии Н.Н.Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления»: Всестороннее развитие, укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса, расширение интеллектуальных возможностей и формирование морально-этической (духовной) основы.

Цель Педагогической технологии «Истории карапушек - как жить в мире с собой и другими?» / Э.Ф. Алиева, О.Р. Радионова:

- воспитание подрастающего поколения в духе миролюбия, толерантности, уважения основных жизненных ценностей других народов, взаимопонимания, солидарности и

духовного единства между людьми разных убеждений.

Задачи Педагогической технологии Н.Н. Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления дошкольников»:

- оздоровительные(коррекционно-профилактические): содействие разумному физическому развитию ребенка, повышение общей жизнестойкости организма, предупреждение и преодоление различных отклонений в двигательном развитии и здоровье детей;
- воспитательные: воспитание личностных качеств;
- развивающие: развитие необходимых двигательных качеств;
- обучающие: содействие естественному формированию основных движений у детей, организация условий для их совершенствования.

Задачи Педагогической технологии «Истории карапушек - как жить в мире с собой и другими?» / Э.Ф. Алиева, О.Р. Радионова:

- развитие навыков выстраивания диалога, позитивного общения, потребности в проявлении искренней дружбы, согласия, взаимопомощи.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Психолого- педагогические условия реализации Федеральной программы

Успешная реализация Федеральной программы ОО Физическое развитие обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

- 1) признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребенка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- 2) решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, обогащение двигательной активности в центрах здоровья, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия).
- 3) обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ДОО, в том числе дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования- формирование умения учиться);
- 4) учет специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся;
- 5) создание развивающей и эмоционально-комфортной для ребенка образовательной среды, способствующей физическому развитию ребенка, сохранению его индивидуальности, в которой ребенок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера и прочее;
- 6) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывая его социальную ситуацию его развития;
- 7) индивидуализация образования (в том числе поддержка ребенка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики;
- 8) оказание ранней коррекционной помощи детям ООП, в том числе с ОВЗ на основе

специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в том числе посредством инклюзивного образования;

9) совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;

10) психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;

11) вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;

12) развитие профессиональной компетенции, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;

13) взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, физкультуры и спорта), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;

14) использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования ее социализации;

15) предоставление информации о Федеральной программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности.

3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Для реализации программы образования и воспитания по физической культуре в ДОО предусмотрен спортивный зал и спортивная площадка.

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей.

При проектировании РППС учитываются местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия; возраст уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования; задачи образовательной программы для различных возрастов групп; возможности и потребности участников образовательной деятельности.

РППС соответствует требованиям ФГОС ДО, образовательной программе ДОО, возрастным особенностям детей; воспитательному характеру обучения детей; требованиям безопасности и надежности.

Наполняемость РППС спортивного зала, спортивной площадки ДОО

№	Спортивное оборудование для обучения основным движениям	Необходимо для реализации программы	Есть в наличии	Необходимо дополнить
Для детей 3-4 лет				
1	Дорожка шир. 25 см, дл 2-2,5 м	2 шт		
2	Наклонная доска шир. 20 см, дл 1,5-2 м	2 шт		
3	Гимнастическая скамья (узкая и широкая рейка) выс. 20 см, дл 1.5-2 м.	4 шт		
4	Воротца, дуга выс.50 см	4 шт		

5	Ребристая доска шир. 25 см, дл.1,5 м	2 шт		
6	Корзина для метания	1 шт		
7	Гимнастическая стенка 6 секций	1 шт		
8	Шнур дл 2-3 м	2 шт		
9	Куб выс 10-15 см, шир 25 см, дл 40 см	1 шт		
10	Сетка волейбольная	1 шт		
11	Крепеж для подвешивания сетки, веревки	4 шт		
12	Мат гимнастический	4 шт		
Дополнительно для детей 4-5 лет				
13	Гимнастическая доска шир.20 см, дл1.5-2 м	2 шт		
14	Мишень - щит	3 шт		
Дополнительно для детей 5-6 лет				
21	Куб выс 30 см , шир 25 см, дл 40 см	2 шт		
22	Тоннель выс 50 см, дл 2 м	2 шт		
23	Мягкий модуль выс 20 см, шир. 40 см, дл. 70 см	2 шт		
24	Стойка для прыжков в высоту	1 шт		
25	Гимнастическая скамья выс. 25 см, дл 1.5 м	2 шт		
Дополнительно для детей 6-7 лет				
26	Мягкий модуль выс 30 см, шир. 40 см, дл. 70 см	2 шт		
27	Веревочная лестница с возможностью крепления на высоте	1 шт		
28	Канат с возможностью крепления на высоте	1 шт		
29	Баскетбольная корзина	2 шт		
№	Спортивный инвентарь для обучения основным движениям	Необходимо для реализации программы	Есть в наличии	Необходимо дополнить
Для детей 3-4 лет				
1	Кегли	30 шт		
2	Кубики	60 шт		
3	Мяч диаметром 25 см	30 шт		
4	Конусы	10 шт		
5	Мяч диаметром 15 см	20 шт		
6	Обруч плоский диаметр 50 см	30 шт		
7	Набивной мешок 200 гр	20 шт		
8	Мяч теннисный	5 шт		
9	Веревка дл 2 м	2 шт		

Дополнительно для детей 4-5 лет				
10	Набивной мешок 400 гр	20 шт		
11	Обруч круглый диаметр 60 см	30 шт		
12	Платочек 40х40 см	30 шт		
Дополнительно для детей 5-6 лет				
13	Набивной мяч вес 1 кг	30 шт		
14	Шар для пинг-понга	30 шт		
15	Скакалка короткая	30 шт		
16	Скакалка длинная	1 шт		
Дополнительно для детей 6-7 лет				
17	Палка гимнастическая диаметр 3 см дл 20 см	4 шт		
	Спортивный инвентарь для занятий на прогулке + к обозначенному выше	Необходимо для реализации программы	Есть в наличии	Необходимо дополнить
Для детей 3-4 лет				
1	Трехколесный велосипед	2 шт		
Дополнительно для детей 4-5 лет				
2	Двухколесный велосипед	2 шт		
3	Самокат	1 шт		
Дополнительно для детей 5-6 лет				
4	Городки	2 комплекта		
5	Футбольный мяч	10 шт		
6	Футбольные ворота	2 шт		
7	Баскетбольный мяч	3 шт		
8	Ракетка для бадминтона	30 шт		
9	Волан для бадминтона	30 шт		
Дополнительно для детей 6-7 лет				
10	Хоккейная клюшка	2 шт		
11	Хоккейная шайба	10 шт		
12	Хоккейные ворота	2 шт		

3.3. Технические средства обучения

№	Технические средства обучения	Необходимо для реализации программы	Есть в наличии	Необходимо дополнить
2	Музыкальный центр	1 шт		

3.4. Методическое обеспечение

Основные методические пособия	Дополнительные методические пособия	Наглядно - дидактические пособия
<ol style="list-style-type: none"> 1. Примерная образовательная программа дошкольного образования ДЕТСТВО:/Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе и др.-СПб.:ООО Издательство «Детство-Пресс»,Издательство РГПУ им. А.И.Герцина, 2014-321с 2. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий. 3. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 4 – 5 лет. Конспекты занятий. – 4. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет. Конспекты занятий. 5. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика комплексы упражнений 3-7 лет. МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва 2017 6. Э.Ф. Алиева, О.Р. Радионова «Истории карапушек - как жить в мире с собой и другими?» НАЦИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ Москва 2015 7. Ефименко Н.Н Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве Двигательно- игровая деятельность 6-7 лет Москва ДРОФА 2014г 8. Ефименко Н.Н. Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве. Методические рекомендации 3-7 лет. Москва ДРОФА 2014г 	<ol style="list-style-type: none"> 1.«Образовательная область Здоровье». В.А. Дергунская. «Детство-Пресс», 2013 г. 2. «Образовательная область Физическая культура». Т.С. Грядкина. «Детство-Пресс», 2013 г. 3. «Игры и развлечения детей на воздухе» Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Л.С. Фурмина. Москва «Просвещение», 1983 г. 4. «Сборник подвижных игр» Э.Я. Степаненкова. Издательство «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», Москва, 2019 г. 	<p>Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», «Распорядок дня»</p> <p>Обучающие карточки: «Виды спорта».</p>

3.5. Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 15 минут	2 раза в неделю 20 минут	2 раза в неделю 25 минут	2 раза в неделю 30 минут

	б) на улице	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 10	Ежедневно 10	Ежедневно 10	Ежедневно 10
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15–20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	2-4 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	4–6 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	4–6 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	6–8 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20-25	1 раз в месяц 20-25	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40-45
	б) физкультурный праздник		2 раза в год до 90 (зрители)	2 раза в год до 90	2 раза в год до 90
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
	г) туристическая прогулка, экскурсия			1 раз в месяц 90-120	1 раз в месяц 120-150
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

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

Приложение

Перечень музыкальных произведений для выполнения музыкально-ритмических движений

3-4 года	<p>Игровые упражнения, ходьба и бег под музыку «Марш и бег» А. Александрова; «Скачут лошадки», муз. Т. Попатенко; «Шагаем как физкультурники», муз. Ломовой; «Топотушки», муз. М. Раухвергера; «Птички летают», муз. Л. Банниковой.</p> <p>Перекачивание мяча под музыку Д. Шостаковича (вальс-шутка)</p> <p>Бег под музыку Р. Шумана (игра в жмурки)</p>
4-5 лет	<p>Игровые упражнения «Пружинки» рус.нар.мелодия</p> <p>Ходьба под марш, муз. И. Беркович</p> <p>Подпрыгивания и бег «Веселые мячики», муз М. Сатулиной</p> <p>Лиса и зайцы «В садике», муз. А. Майкапара</p> <p>Ходит медведь «Этюд», муз. К. Черни</p> <p>«Полька», муз. М. Глинки</p> <p>«Всадники», муз. В.Витлина</p> <p>Потопаем покружимся рус.нар.мелодии</p> <p>«Петух», муз. Т.Ломовой</p> <p>«Кукла», муз. М. Старокадомского</p> <p>Упражнения с цветами «Вальс» муз. А. Жилина</p> <p>Музыкальные игры</p> <p>«Курочка и петушок» муз. Г. Фрида.</p> <p>«Жмурки», муз. Ф.Флотова</p> <p>«Медведь и заяц», муз. В.Ребикова</p> <p>«Самолеты», муз. М. Магиденко</p> <p>«Найди себе пару», муз. Т. Ломовой</p> <p>«Займи домик», муз. М. Магиденко</p>
5-6 лет	<p>Упражнения «Шаг и бег», муз.Н.Надененко</p> <p>«Плавные руки», муз Р. Лиэра («Вальс», фрагмент)</p> <p>«Кто лучше скачет», муз. Т. Ломовой</p> <p>«Росинки», муз. С. Майкапара</p> <p>Упражнения с предметами</p> <p>«Упражнения с мячами», муз. Т. Ломовой; «Вальс», муз. Ф. Бургмюллера.</p> <p>Музыкальные игры</p> <p>«Не выпустим», муз. Т. Ломовой</p> <p>«будь ловким», муз. Н. Ладухина</p> <p>«Ищи игрушку», «Найди себе пару», латв.нар. Мелодия обраб. Т. Потапенко</p>
6-7 лет	<p>Упражнения</p> <p>«Марш», муз. М. Роберта</p> <p>«Бег», «Цветные флажки», муз. Е. Тиличевой</p> <p>«Кто лучше скачет», «Шагают девочки и мальчики», муз. В. Золотарева</p> <p>Поднимай и скрещивай флажки «Этюд», муз. К. Гуритта</p> <p>полоскать платочки «Ой, утушка луговая», рус.нар. Мелодия, обраб. Т. Ломовой</p> <p>«Упражнение с кубиками», муз. С. Соснина</p> <p>Музыкальные игры</p> <p>«Кот и мыши», муз. Т. Ломовой</p> <p>«Кто скорей», муз. М. Шварца</p> <p>Игра с погремушками», муз. Ф. Шуберта «Экоссез»</p> <p>«Поездка», «Пастух и козлята», рус. Нар. Песня, обраб. в. Трутовского.</p>

Циклограмма тематических недель и дней на 2024 – 2025 уч.год

РВ- ранний возраст

МВ – младший возраст

СВ – средний возраст

Сг – старшая группа

Пг – подготовительная группа

СгЛ – старшая логопедическая группа

ПгЛ – подготовительная группа логопедическая

Д – досуг

Р – развлечение

П - праздник

+ - проводится мероприятие в данном возрасте

- - не проводится мероприятие

Мероприятие – это может быть беседа, игра, занятие (любое), развлечение, праздник, или иной образовательный процесс.

	№	Числа	Тематические недели	РВ	МВ	СВ	Сг	Пг	СгЛ	ПгЛ
сентябрь	1	2-6	- Диагностическая неделя	+	+	+	+	+	+	+
			- День знаний (1 сентября)	-	+Д	+Д	+Д	+Д	+Д	+Д
			- 3 сентября: День окончания Второй мировой войны.	-	-	-	+	+	+	+
			День солидарности в борьбе с терроризмом	-	-	-	+	+	+	+
	2	9-13	- Диагностическая неделя	+	+	+	+	+	+	+
			- 8 сентября: Международный день распространения грамотности	-	-	+	+	+	+	+
			- История Донского края. День Рождение Ростовской области (13 сентября). История возникновения, промышленность, сельское хозяйство, знаменитые люди, памятники архитектуры и т.д.	-	+	+	+	+Д	+	+Д
	3	16-20	- Игровая деятельность «Играй с нами, играй как мы!» (Летние П/игры, Проект 4Д – ИГРА)	-	+	+	+	+	+	+
			- История Карапуш	-	-	-	+	+	-	-
	4	23-27	- День дошкольного работника	-	+	+	+	+	+	+
- Экономическое воспитание			-	-	+	+	+	-	-	
октябрь	1	30-4	- Международный день музыки (1 октября)	+	+	+	+	+	+	+
			- День пожилых людей (1 октября)	+	+	+Д	+	+	+	+

	2	7-11	- Неделя экологического просвещения и бережного отношения к природе (4 - 5.10)	+	+	+	+	+	+	+
			- 4 октября: День защиты животных	+	+	+	+	+	+	+
			- День древонасаждения	+	+	+	+	+	+	+
			- 5 октября: День учителя	-	+	+	+	+	+	+
	3	14-18	- История Донского края (Покров 14 октября, хозяйство, промыслы, ремесла, профессии, труд осенью)	+	+	+	+	+Д	+	+Д
			- Игровая деятельность «Играй с нами, играй как мы!» (Казачьи П/ игры, Проект 4Д – ИГРА)	+	+	+	+	+	+	+
	4	21-25	- Третье воскресенье октября: День отца в России	+	+	+	+	+	+	+
			- Акция «Доброе сердце»	+	+	+	+	+	+	+
			- История Карапуш	-	-	-	+	+	-	-
	5/1	28-2	- Осень, Осень в гости просим (проектная деятельность)	-	+Р	+Р	+Р	-	-	-
			- Экономическое воспитание	-	-	+	+	+	-	-
	ноябрь	2	5-8	- День Народного единства (4 ноября)	-	-	-	+Р	+Р	+Р
- История Донского края (Народы Дона, традиции, культура, история заселения, происхождение казаков)				+	+	+	+	+	+	+
- 8 ноября: День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России				-	-	-	+	+	+	+
3		11-15	- Осенний декадник по ПДД «Безопасная дорога- детям»	+	+	+	+	+	+	+
			- Правовое просвещение (20 ноября)	-	+	+	+	+	+	+
			- Экономическое воспитание	-	-	+	+	+	-	-
4		18-22	- Международный день толерантности (16 ноября)	+	+	+	+	+	+	+
			- История Карапуш	-	-	-	+	+	-	-
			- Игровая деятельность «Играй с нами, играй как мы!» (Народные П/ игры, Проект 4Д – ИГРА)	+	+	+	+	+	+	+
5		25-29	- День матери (27 ноября)	+	+	+	+Д	+	+Д	+
			- День матери Казачки (Быт Женщин казачек, одежда,	+	+	+	+	+	+	+

			воспитание девочек) (4 декабря)							
			- 30 ноября: День Государственного герба Российской Федерации	-	+	+	+	+	+	+
декабрь	1	2-6	- День неизвестного солдата (3 декабря)	-	+	+	+	+	+	+
			- 3 декабря: Международный день инвалидов.	-	+	+	+	+	+	+
			- 5 декабря: День добровольца (волонтера) в России	-	+	+	+	+	+	+
	2	9-13	- 8 декабря: Международный день художника	+	+	+	+	+	+	+
			- День героев Отечества (9.12)	-	+	+	+	+	+	+
			- 12 декабря: День Конституции Российской Федерации	-	-	+	+	+	+	+
	3	16-20	- Акция «Птицы - наши друзья. Помогите другу!»	+	+	+	+	+	+	+
			- Игровая деятельность «Играй с нами, играй как мы!» (Зимние П/ игры, Проект 4Д – ИГРА)	+	+	+	+	+	+	+
			- «К нам приходит Новый год!» (проектная деятельность)	+Р	+П	+П	+П	+П	+П	+П
	4	23-28	- История Карапуш	-	-	-	+	+	-	-
- Экономическое воспитание			-	-	+	+	+	-	-	
январь	2	9-10	- Прощание с Дедом Морозом, Новогодней Елью	+	+	+	+	+	+	+
	3	13-17	- История Донского края (традиции зимы, труд зимой, забавы казаков, фольклор, казачий театр)	+	+	+	+	+	+	+
			- Зимний декадник по ПДД «Зимним дорогам – безопасное движение»	+	+	+	+	+	+	+
	4	20-24	- Игровая деятельность «Играй с нами, играй как мы!» (Сюжетно – ролевые игры, Проект 4Д – ИГРА) - История Карапуш - Экономическое воспитание	+	+	+	+	+	+	+
	5	27-31	- 27 января: День снятия блокады Ленинграда.	-	-	-	+	+	+	+

			- 27 января: День освобождения Красной армией крупнейшего "лагеря смерти" Аушвиц-Биркенау (Освенцима). - День памяти жертв Холокоста	-	-	-	+	+	+	+
			- 2 февраля: День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве	-	-	-	+	+	+	+
февраль	1	3-7	- День Российской науки (8 февраля)	+	+	+	+	+	+	+
			- Игровая деятельность «Играй с нами, играй как мы!» (Игры – экспериментирования. Опыты, Проект 4Д – ИГРА)	+	+	+	+	+	+	+
	2	10-14	- 15 февраля: День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества.	-	-	-	+	+	+	+
			- История Донского края (Казачи защитники России, Казачий спас (боевое искусство русского казачества), мужская одежда, служба, воспитание, управление)	+	+	+	+	+	+	+
	3	17-21	- 21 февраля: Международный день родного языка	-	+	+	+	+	+	+
			- Проект «Защитники Отечества»	-	+	+	+P	+P	+P	+P
4	24-28	- Масленица (24.02-02.03)	-	+	+Д	+Д	+Д	+Д	+Д	
		- История Карапуш	-	-	-	+	+	-	-	
		- Экономическое воспитания	-	-	+	+	+	-	-	
март	1	3-7	- Проект «Светлый праздник – женский день»	+	+P	+P	+P	+P	+P	+P
			- Экономическое воспитание	-	-	+	+	+	-	-
	2	10-14	- Акция «Доброе сердце»	+	+	+	+	+	+	+
			- История Карапуш	-	-	-	+	+	-	-
			- История Донского края (жилище казаков, усадьба, станица, труд весной)	+	+	+	+	+	+	+
	3	17-21	- Весенний декадник по ПДД «Взаимное уважение на дорогах – залог безопасности»	+	+	+	+	+	+	+
			- 18 марта: День воссоединения Крыма с Россией	-	-	-	+	+	+	+
	4	24-28	- 27 марта: Всемирный день театра	+	+	+	+	+	+	+

			- Игровая деятельность «Играй с нами, играй как мы!» (Театрализованные игры, игры – драматизации, этюды. Проект 4Д – ИГРА)	+	+	+	+	+	+	+
апрель	1	31-4	- День птиц (1 апреля)	+	+	+	+	+	+	+
			- День смеха.	+	+Д	+Д	+Д	+Д	+Д	+Д
			- История Карапуш	-	-	-	+	+	-	-
	2	7-11	- День здоровья.	+	+	+	+	+	+	+
			- День авиации и космонавтики	+	+	+	+	+	+	+
			- День Древонасаждения	+	+	+	+	+	+	+
	3	14-18	- День защиты детей от ЧС	+	+	+	+	+	+	+
			- Игровая деятельность «Играй с нами, играй как мы!» (Экологические игры. Проект 4Д – ИГРА)	+	+	+	+	+	+	+
	4	21-25	- История Донского края (Природа Донского края, растительный, животный мир, народная медицина)	+	+	+	+	+	+	+
			- День Земли. Охрана водных ресурсов. День эколят.	+	+	+	+Д	+Д	+Д	+Д
- 1 мая: Праздник Весны и Труда			+	+	+	+	+	+	+	
5	28-30	- Экономическое воспитание	-	-	+	+	+	-	-	
май	2	5-7	- Проект «Победный май»	+	+	+	+Д	+	+Д	+
			- История карапушек	-	-	-	+	+	-	-
	3	12-16	- День семьи	+	+	+Д	+	+	+	+
			- История Донского края (Я и моя семья, семья казаков, традиции семьи. Казачьи Заповеди)	+	+	+	+	+	+	+
			- Экономическое воспитание	-	-	+	+	+	-	-
	4	19-23	- 19 мая: День детских общественных организаций России	-	-	+	+	+	+	+
			- 24 мая: День славянской письменности и культуры.	-	+	+	+	+	+	+
			- Диагностическая неделя	+	+	+	+	+	+	+
			- Игровая деятельность «Играй с нами, играй как мы!» (Спортивные подвижные игры, эстафеты, игры с мячом. Фестиваль 4Д – ИГРА)	+	+	+	+	+	+	+
	5	26-30	- Диагностическая неделя	+	+	+	+	+	+	+
			- Выпуск детей в школу	-	-	-	-	+	-	+
			- Акция «Внимание, дети!» по ПДД	+	+	+	+	+	+	+

