МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 79«ПЧЁЛКА»
141006, г. Мытищи, проспект Астрахова стр 3 эл. почта dou_79@edu-mytyshi.ru

Гадеева Елена Борисовна

Подписано цифровой подписью: Гадеева Елена Борисовна
Дата: 2022.10.11 10:14:58 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ № 79 «Пчёлка»
_____ /Е.Б. Гадеева/
«30» августа 2022 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»
2022 - 2023 учебный год

Разработала: инструктор
высшей квалификационной категории
Галиева Гузалия Ильфатовна

Согласовано на заседании Совета МБДОУ №79 «Пчёлка»
Протокол №1 от «30» августа 2022г.

Принята
на педагогическом совете
МБДОУ №79 «Пчёлка»
протокол № 1 от 30 августа 2022 г.

Вступила в действие в соответствие с приказом по МБДОУ №79 «Пчёлка»
от «31» августа 2022 г. № 125

Мытищи, 2022

Содержание

Введение

1. Целевой раздел.

1.1.Пояснительная записка

1.2.Основные цели и задачи реализации образовательной области «Физическое развитие»

2. Организационный раздел.

2.1.Проектирование воспитательно-образовательного процесса по реализации образовательной области «Физическое развитие»

2.2.Условия реализации программы

2.2.1. Материально-техническое обеспечение реализации программы

2.2.2. Методическое обеспечение реализации программы

2.2.3.Формы организации и объем образовательного процесса

3. Содержательный раздел.

3.1.Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура» для детей от 3-4 лет

3.1.1. Возрастные особенности детей 3-4 лет

3.1.2. Содержание работы по физическому воспитанию в группе

3.1.3.Учебно-тематический план работы по реализации основных задач во второй младшей группе

3.2.Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура» для детей от 4-5 лет

3.2.1. Возрастные особенности детей 4-5 лет

3.2.2. Содержание работы по физическому воспитанию в средней группе

3.2.3. Учебно-тематический план работы по реализации основных задач средней группе.

3.3.Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура» для детей от 5 до 6 лет

3.3.1. Возрастные особенности детей 5-6 лет

3.3.2. Содержание работы по физическому воспитанию в старшей группе

3.3.3. Учебно-тематический план работы по реализации основных задач в старшей группе.

3.4.Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура» для детей от 6 до 7 лет

3.4.1. Возрастные особенности детей 6 до 7 лет

3.4.2. Содержание работы по физическому воспитанию в подготовительной к школе группе.

3.4.3.Учебно-тематический план работы по реализации основных задач в подготовительной к школе группе.

3.5. Планируемые результаты освоения образовательной области «Физическое развитие».

3.6. Социальное партнерство с родителями.

3.6.1. Формы работы с родителями.

3.7. Система мониторинга достижения планируемых результатов освоения программы.

3.8. Программно-методический комплекс образовательного процесса Приложение.

Введение

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

1. Целевой раздел

1.1.Пояснительная записка

Дошкольный возраст – важный период формирования человеческой личности. Именно в детском возрасте формируются основы физического и психического здоровья детей.

В общей системе образования и воспитания физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно – волевых черт личности.

«Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности» - в этом заключается основная направленность программы. Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью работы нашего дошкольного учреждения.

Программа спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, региона и муниципалитета, образовательных потребностей и запросов воспитанников. Определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса на ступени и дошкольного образования.

Кроме того, учтены концептуальные положения используемой в ДОУ основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Дорофеевой Э.М, 2019-2022 г.

Основная образовательная программа МБДОУ №79 «Пчелка» разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования;
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программа – образовательным программа дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года №1014 г. Москва);
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»СанПиН 2.4.3648-20 от 18.12.2020 г. (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28). СанПиН 1.2.3685-21 и СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

1.2. Основные цели и задачи реализации образовательной области «Физическое развитие»

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение цели формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, сохранение и укрепление и охрана здоровья детей, обеспечение гармоничного физического развития через решение следующих задач:

- повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;
- совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений;
- формирование правильной осанки;
- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора **принципов** воспитании и развитии детей.

Данная рабочая программа опирается на принципы основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Дорофеевой Э.М.:

• соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

• сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;

• соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности;

• обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста;

• строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

• основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

• предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей в самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

• предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

• допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;

• строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Наряду с вышеизложенными принципами, рабочая программа также опирается на специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- *Принцип оздоровительной направленности,* согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
- *Принцип разностороннего и гармоничного развития личности,* который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- *Принцип гуманизации и демократизации,* который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно–оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
- *Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений.*

- *Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередовании я нагрузок и отдыха,* лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
- *Принцип единства с семьей,* предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

Цель рабочей программы — создание условий для развития физической культуры дошкольников, формирование потребности в здоровом образе жизни; охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья.

Задачи:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Рабочая программа состоит из 4 разделов, рассчитана на 4 года обучения:

1год— вторая младшая группа с 3 до 4 лет
2 год— средняя группа с 4 до 5 лет
3 год— старшая группа с 5 до 6 лет
4 год— подготовительная к школе группа с 6 до 7 лет.

По действующему СанПиН организованную образовательную деятельность (ООД) по физическому развитию детей 3-7лет организуют 3 раза в неделю.

2. Организационный раздел

2.1.Проектирование воспитательно-образовательного процесса по реализации образовательной области «Физическое развитие»

Организация учебного процесса регламентируется учебным планом, годовым календарным планом, расписанием занятий.

Учебный план занимает важное место при реализации рабочей программы. Он скорректирован с учетом требования санитарно-эпидемиологических правил и нормативов. Нагрузка на детей не превышает допустимую норму. В соответствие с основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Дорофеевой Э.М., а также

санитарных правил направленная образовательная деятельность организуется в течение 38 учебных недель (с 01.09.по 25.05) .

Связь с другими образовательными областями

Образовательная область	
Социально-коммуникативное развитие	*Формирование основ безопасности:* в процессе выполнения физических упражнений, подвижных игр, совместной деятельности педагога и детей; навыков здорового образа жизни, потребности в движении. *Социализация, развитие общения, нравственное воспитание :* формирование гендерной принадлежности, развитие партнерских взаимоотношений в процессе двигательной деятельности, приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности; развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение. *Самообслуживание, самостоятельность, трудовое воспитание;* воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование бережного отношения к личным вещам, накопление опыта двигательной активности, овладение навыками ухода за физкультурным инвентарем и спортивной одеждой.
Познавательное развитие	Расширение представлений о своем организме, его возможностях, формирование ЭМП, формирование целостной картины мира.
Художественно-эстетическое развитие	*Музыкально-художественная деятельность:* развитие музыкально – ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств, использование музыкально-ритмической деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов, моторики в творческой форме. *Изобразительная деятельность*: использование продуктивной деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов, моторики в творческой форме.
Речевое развитие	*Художественная литература:* использование художественных произведений, с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме *Развитие речи:* развитие свободного общения со

	взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение.

2.2.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа реализуется через физкультурные занятия и физкультурно-оздоровительную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов.

2.2.1. Материально-техническое обеспечение реализации программы

Для ООД физической культурой в МБДОУ оборудован спортивный зал, оснащенный:

1. Шведская стенка для воспитанников младшего и старшего возраста закреплена жестким креплением к стене и полу, пролеты-перекладины выдерживают вес более 30 кг.
2. Горизонтальные баскетбольные кольца
3. Гимнастическая скамейка. Безопасны.
4. Маты гимнастические в хорошем состоянии.
5. Обручи пластмассовые цветные безопасны.
6. Палки гимнастические
7. Скакалки.
8. Мячи резиновые:

Большие (d 250мм)
малые (d75мм)
набивные весом 1кг
фитбол мячи
Спортивные игры:

1. кегли (набор)
2. кольцеброс (набор)

Имеется спортивная площадка, оборудованная спортивными сооружениями дляорганизации подвижных игр, спортивных праздников и физкультурных занятий на воздухе.

2.2.2. Методическое обеспечение реализации программы:

Программа «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Дорофеевой Э.М – М.: Мозаика-Синтез, 2019-2022 г.

Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа». - М: Мозаика-Синтез, 2014г.

Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Средняя группа». - М: Мозаика-Синтез, 2014г.

Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Старшая группа». - М: Мозаика-Синтез, 2014г.

Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа». - М: Мозаика-Синтез, 2014г.

Л.В. Яковлева,Р.А. Юдина, «Старт»

2.2.3.Формы организации и объем образовательного процесса

Формы педагогической работы	Вторая младшая группа	Средняя Группа	Старшая группа	Подготов. группа

Физкультурные занятия в зале	2 раза в неделю	2раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Форма организации занятия	Фронтальное	Фронтальное	Фронтальное	Фронтальное
Объем (время)	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
Количество в неделю	3	3	3	3
Количество в месяц	12	12	12	12
Утренняя гимнастика	5 – 6 мин.	6 – 8 мин.	8 – 10 мин.	10 - 12 мин.
Физкультурный досуг	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Физкультурный праздник	Не менее 2 раз в год			
Неделя здоровья	**Октябрь**			

Система физкультурно-оздоровительных мероприятий с воспитанниками.

Наименование мероприятия	2младшая группа (2 группы)	Средняя группа (2 группы)	Старшая группа (2 группы)	Подготовительная группа (2 группы)
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 6 мин.	Ежедневно 8 мин.	Ежедневно 10 мин.
Физическая культура (в спортивном зале)	2 раза в неделю по 13 мин.	2 раза в неделю по 18 мин.	2 раза в неделю по 23 мин.	2 раза в неделю по 28 мин.
Бодрящая гимнастика	Ежедневно после дневного сна 3-4 мин	Ежедневно после дневного сна 4-5 мин	Ежедневно после дневного сна 5-6 мин	Ежедневно после дневного сна 6-7 мин
Закаливание водой	Умывание и обливание рук до локтей прохладной водой после дневного сна	После дневного сна- обширное умывание	После дневного сна- обширное умывание	После дневного сна- обширное умывание
Пальчиковая гимнастика	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Игры и упражнения,	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

направленные на совершенствование моторики мелких мышц кисти				
Подвижные игры и упражнения на прогулке и в группе	Ежедневно до 15 мин.	Ежедневно до 20 мин.	Ежедневно до 25 мин.	Ежедневно до 30 мин.
Физкультурные досуги	1 раз в месяц до 15 мин.	1 раз в месяц до 20 мин.	1 раз в месяц до 25-30 мин.	1 раз в месяц до 30-35 мин.
Спортивные праздники	2 раза в год до 30 мин.	2 раза в год до 40 мин.	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.
Физминутки		2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.
Динамические переменки	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Дни здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Неделя здоровья	Первая неделя октября	Первая неделя октября	Первая неделя октября	Первая неделя октября
Образовательная деятельность с детьми по формированию основ здорового образа жизни и организации безопасной жизнедеятельности	Еженедельно в форме игр, бесед, чтения художественной литературы, организации проблемных ситуаций	Еженедельно в форме игр, бесед, чтения художественной литературы, организации проблемных ситуаций	Еженедельно в форме игр, бесед, чтения художественной литературы, организации проблемных ситуаций	Еженедельно в форме игр, бесед, чтения художественной литературы, организации проблемных ситуаций
Совместные спортивные досуги с родителями	1 раз в год	1 раз в год	2 раза в год	2 раза в год

Мы считаем, что комплексная система физкультурно-оздоровительной работы способствует оздоровлению детей, повышению медико-педагогических условий для физического развития ребенка

3. Содержательный раздел.

3.1.Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура» для детей от 3-4 лет

3.1.1. Возрастные особенности детей 3-4 лет

К четырем годам рост ребенка достигает 100-102 см. Вес детей в среднем 16-17 кг (между тремя и четырьмя годами прибавка в весе составляет 2 кг). Ребенок трех-четырех лет уверенно ходит, координирует движения рук и ног при ходьбе, воспроизводит разнообразные другие движения. Он умеет правильно держать карандаш, проводит горизонтальные и вертикальные линии, осваивает изобразительные умения. Двигательная активность в этом возрасте приобретает особое значение для общего физического развития ребёнка. Дети растут, становятся выше и тоньше, у них совершенствуется координация движений, уменьшается мышечный тонус, развивается чувство равновесия. Они способны овладеть всем спектром навыков активной

деятельности, начиная от самых простых (кувыркание, футбол) и заканчивая такими сложными и изящными, как набор номера телефона и умения держать вилку в руке. Ребенок владеет разнообразными действиями с предметами, хорошо ориентируется в различении таких форм, как круг, квадрат, треугольник, объединяет предметы по признаку формы, сравнивает их по размеру (по длине, ширине, высоте). Он активно стремится к самостоятельности, уверенно осваивает приемы самообслуживания и гигиены. С удовольствием самостоятельно повторяет освоенные действия, гордится своими успехами.

3.1.2. Содержание работы по физическому воспитанию

Содержание образовательной области „Физическая культура" направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических **задач:**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- Развивать умение различать и называть органы чувств, дать представления об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.
- Дать представление о полезной и вредной пище.
- Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, с помощью сна восстанавливаются силы.
- Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.
- Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.
- Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.
- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Физическая культура:

- Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учиться строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при перестроениях.
- Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.
- Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.
- Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.
- Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении при выполнении упражнений в равновесии.

- Учить кататься на санках, садиться на трёхколёсный велосипед, кататься на нём и слезать с него.
- Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
- Развивать самостоятельность и творчество детей в выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры:

- Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.
- Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазания, подлезания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
- Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

3.1.3. Учебно-тематический план работы по реализации основных задач во второй младшей группе (см. Приложение 1)

3.2. Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура» для детей от 4-5 лет

3.2.1. Возрастные особенности детей 4-5 лет

Пятый год жизни является периодом интенсивного роста и развития ребёнка. В этом возрасте вес увеличивается за год в среднем на 1,5-2кг, рост—на 6-7см, к пяти годам средний вес ребенка достигает 17,5-19,0кг, рост—107-110см, окружность грудной клетки—54см.

Возросли и физические возможности: движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае неудовлетворения этой потребности, ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными.

Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, насытить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей среднего дошкольного возраста, которых отличает довольно высокая возбудимость.

Особенности опорно-двигательного аппарата. К пяти годам соотношение размеров различных отделов позвоночника у ребенка становится таким же, как у взрослого, но рост позвоночника продолжается вплоть до зрелого возраста. Скелет ребенка-дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с этим детям 4—5 лет нельзя на физкультурных занятиях давать силовые упражнения, необходимо постоянно следить за правильностью их позы. Длительное сохранение одной позы может вызвать перенапряжение мускулатуры и в конечном итоге нарушение осанки. Поэтому на занятиях, связанных с сохранением статической позы, используются разнообразные формы физкультурных пауз. Мышцы развиваются в определенной последовательности: сначала крупные

мышечные группы, потом мелкие. Поэтому следует строго дозировать нагрузку, в частности, для мелких мышечных групп.

Органы дыхания. Потребность организма ребенка в кислороде возрастает за период от 3 до 5 лет на 40%. Происходит перестройка функции внешнего дыхания. Преобладающий у детей 2— 3 лет брюшной тип дыхания к 5 годам начинает заменяться грудным. К этому же возрасту несколько увеличивается жизненная емкость легких (в среднем до 900—1060 см3), причем у мальчиков она больше, чем у девочек.

Сердечно-сосудистая система. Абсолютный вес сердца в этом возрасте равен 83,7 г, частота пульса — 99 ударов в минуту, а средний уровень кровяного давления 98/60 мм ртутного столба. Впрочем, наблюдаются большие индивидуальные колебания показателей сердечной деятельности и дыхания. Так, в 4 года частота сердечных сокращений (пульса) в минуту колеблется от 87 до 112, а частота дыхания — от 19 до 29. В возрасте 4—5 лет ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется.

Развитие органов чувств. Первые пять лет жизни — «золотая пора» развития сенсорных способностей детей. Хрусталик глаза дошкольника имеет более плоскую, чем у взрослого, форму. Отсюда и некоторая дальнозоркость. Однако легко может развиться и близорукость.

У ребенка 4—5 лет продолжается процесс развития органа слуха. Барабанная перепонка нежна и легкоранима, окостенение слухового канала и височной кости не закончилось. Поэтому в полости уха легко может возникнуть воспалительный процесс. С ранимостью органа слуха и незавершенностью формирования центральной нервной системы связана большая чувствительность дошкольников к шуму. Если жизнь детей в группе постоянно протекает на фоне шума порядка 45—50 децибелов, наступает стойкое снижение слуха и утомление. Между тем падающие кубики и стулья, громкий разговор создают шум примерно в 70—75 децибелов. Вот почему в дошкольных детских учреждениях должна проводиться активная борьба с шумом: необходимо приучать детей правильно пользоваться игрушками, осторожно переносить стулья, говорить негромко. Развитие высшей нервной деятельности. Центральная нервная система является основным регуляторным механизмом физиологических и психических процессов. Нервные процессы — возбуждение и торможение — у ребенка, как и у взрослого, характеризуются тремя основными свойствами: силой, уравновешенностью и подвижностью. К 4—5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов, повышается их подвижность. Однако нервные процессы у ребенка среднего дошкольного возраста еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. При нарушении привычных условий жизни, при утомлении это проявляется в бурных эмоциональных реакциях, несоблюдении правил поведения. Бурные эмоции, суетливость, обилие движений у ребенка свидетельствуют о том, что процесс возбуждения у него преобладает и, сохраняя тенденцию к распространению, может перейти в повышенную нервную возбудимость. Вместе с тем именно к пяти годам усиливается эффективность педагогических воздействий, направленных на концентрацию нервных процессов у детей. Поэтому на занятиях и в быту следует совершенствовать реакции ребенка на сигнал: включать в физкультурные занятия ходьбу и бег со сменой ведущего; широко использовать

дидактические игры и игры с правилами. Условно-рефлекторные связи образуются у детей быстро: после 2—4 сочетаний условного сигнала с подкреплением. Но устойчивость они приобретают не сразу (лишь после 15—70 сочетаний) и не всегда отличаются прочностью. Это относится и к тем условным рефлексам, которые образованы на словесные сигналы, и к сложным системам связей. Сравнительно трудно формируются различные виды условного торможения. Поэтому чтобы научить детей 4—5 лет соблюдать правила поведения, им мало объяснить, что можно, что нельзя и что нужно делать, необходимо постоянно упражнять их в соответствующих поступках. Важно, чтобы сложные системы связей, из которых складываются навыки, умения, упрочивались постепенно, на повторяющемся с усложнениями материале.

3.2.2. Содержание работы по физическому воспитанию в средней группе

Содержание образовательной области „Физическая культура" направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических **задач:**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.
- Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека.
- Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.
- Формировать представление о необходимости человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.
- Знакомить детей с понятиями «здоровье», «болезнь».
- Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием.
- Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.
- Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить детей с упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Физическая культура:

- Формировать правильную осанку.
- Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
- Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
- Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой.

- Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. Учить прыжкам через короткую скакалку.
- Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
- Учить перестроениям, соблюдению дистанции во время передвижения.
- Развивать психофизические качества:быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы.
- Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
- Развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры:

- Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.
- Развивать быстроту, ловкость, силу, пространственную ориентировку.
- Воспитывать самостоятельность, инициативность в организации знакомых игр.
- Приучать к выполнению действий по сигналу.

3.2.3. Учебно-тематический план работы по реализации основных задач в средней группе (см. Приложение 2).

3.3. Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура» для детей от 5 до 6 лет

3.3.1 Возрастные особенности детей 5-6 лет

Возраст 5—6 лет часто называют «периодом первого вытяжения», когда за год ребенок может вырасти на 7—10 см. Но все-таки эти показатели у детей шестого года жизни чуть ниже, чем у воспитанников подготовительной группы. По средним данным, рост ребенка пяти лет составляет около 106,0—107,0 см, а масса тела — 17,0—18,0 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц — 200,0 г, а роста — 0,5 см. Каждый возрастной этап характеризуется, кроме того, разной интенсивностью роста отдельных частей тела. В течение шестого года, например, быстро увеличиваются длина конечностей, ширина таза и плеч у детей обоего пола. Вместе с тем имеются индивидуальные и половые различия в этих показателях. Например, окружность грудной клетки у девочек увеличивается интенсивнее, чем у мальчиков. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено.

Позвоночный столб ребенка пяти-шести лет также чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают задания на ходьбу, бег, прыжки, но затрудняются в выполнении

упражнений, требующих работы мелких мышц. Основой двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. С возрастом ребенка показатели сохранения устойчивого равновесия улучшаются. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками. В целом в старшей группе детям по-прежнему легче даются упражнения, где имеется большая площадь опоры. Но они способны выполнять и короткие упражнения, в которых требуется опора на одну ногу, например, в подвижных играх «Сделай фигуру», «Не оставайся на полу», «Совушка».

Размеры и строение дыхательных путей ребенка дошкольного возраста отличаются от таковых у взрослых. Так, они значительно уже, поэтому нарушения температурного режима и влажности воздуха в помещении приводят к заболеваниям органов дыхания. Жизненная емкость легких у ребенка пяти-шести лет в среднем 1100—1200 см3, но она зависит от многих факторов (длины тела, типа дыхания и др.). К семи годам у детей ярко выражен грудной тип дыхания. Число дыханий в минуту — в среднем 25. Максимальная вентиляция легких к шести годам примерно 42 дц3 воздуха в минуту. При гимнастических упражнениях она увеличивается в 2—7 раз, а при беге — еще больше. Исследования по определению общей выносливости у дошкольников (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей достаточно высоки. Прыгать через скакалку дети могут в течение 5 минут. У многих потребность в двигательной активности настолько велика, что врачи и физиологи называют период от пяти до семи лет «возрастом двигательной расточительности». К пяти годам у ребенка по сравнению с периодом новорожденное размеры сердца увеличиваются в 4 раза. Так же интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается даже у подростков. В первые годы жизни ребенка пульс его неустойчив и не всегда ритмичен. Средняя частота его к шести-семи годам составляет 92— 95 ударов в минуту. Развитие высшей нервной деятельности характеризуется ускоренным формированием ряда морфо-физиологических признаков. Бурно развиваются лобные доли мозга. На шестом году жизни ребенка совершенствуются основные нервные процессы: возбуждение и особенно торможение. Свойства нервных процессов (возбуждения и торможения) — сила, уравновешенность и подвижность — также совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость. Но все-таки свойства нервных процессов, особенно подвижность, развиты недостаточно. Ребенок порой медленно реагирует на экстренную просьбу, в необходимых случаях не может быстро по сигналу оттолкнуться, отскочить, отпрыгнуть и др. У детей пяти-шести лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что тоже свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов. Ребенок, например, отрицательно реагирует на смену привычного уклада жизни. С целью совершенствования подвижности нервных процессов и придания гибкости формируемым навыкам используют прием создания

нестандартной (на время частично измененной) обстановки при проведении подвижных игр, режимных мероприятий и т. Д.

Основной формой коррекционно-развивающей работы по физическому развитию дошкольников с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) остаются специально организованные занятия, утренняя гимнастика. Кроме этого, проводятся массаж, различные виды гимнастик (глазная, для нормализации ЖКТ, адаптационная, корригирующая, остеопатическая), закаливающие процедуры, подвижные игры, игры со спортивными элементами, спортивные досуги, праздники. В этот возрастной период в занятия с детьми с ТНР вводятся комплексы аэробики, а также различные импровизационные задания, способствующие развитию двигательной креативности детей.

3.3.2. Содержание работы по физическому воспитанию в старшей группе

Содержание образовательной области „Физическая культура" направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических **задач:**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья.
- Расширять представления о составляющих здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье.
- Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.
- Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.
- Формировать представления о правилах ухода за больным. Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.
- Знакомить детей с возможностями здорового человека.
- Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.
- Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.
- Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Физическая культура:

- Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Развивать быстроту, силу, ловкость, выносливость, гибкость.
- Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.
- Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

- Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
- Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- Учить элементам спортивных игр, игр с элементами соревнования, играм-эстафетам.
- Приучать помогать взрослым готовить инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.
- Поддерживать интерес к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры:

- Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
- Воспитывать у детей стремление у детей участвовать в играх с элементами с соревнования, играх-эстафетах.
- Учить спортивным играм и упражнениям.

3.3.3. Учебно-тематический план работы по реализации основных задач в старшей группе. (см. Приложение 3).

3.4.Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура» для детей от 6 до 7 лет

3.4.1. Возрастные особенности детей 6 до 7 лет

Седьмой год жизни — продолжение очень важного целостного периода в развитии детей, который начинается в пять лет и завершается к семи годам. На седьмом году продолжается становление новых психических образований, появившихся в пять лет. Вместе с тем дальнейшее развертывание этих образований создает психологические условия для появления новых линий и направлений развития. В шестилетнем возрасте идет процесс активного созревания организма. Вес ребенка увеличивается в месяц на 200 граммов, рост на 0,5 см, изменяются пропорции тела. В среднем рост 7-летних детей равен 113—122 см, средний вес — 21—25 кг. Области мозга сформированы почти как у взрослого. Хорошо развита двигательная сфера. Продолжаются процессы окостенения, но изгибы позвоночника еще неустойчивы. Идет развитие крупной и особенно мелкой мускулатуры. Интенсивно развивается координация мышц кисти. Общее физическое развитие тесно связано с развитием тонкой моторики ребенка. Тренировка пальцев рук является средством повышения интеллекта ребенка, развития речи и подготовки к письму.

3.4.2. Содержание работы по физическому воспитанию в подготовительной к школе группе

Содержание образовательной области „Физическая культура" направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических **задач:**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- Расширять представления о рациональном питании.
- Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.
- Формировать представления об активном отдыхе.
- Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.
- Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура:

- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
- Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
- Совершенствовать технику выполнения основных движений, добиваясь естественности, легкости, выразительности их выполнения.
- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
- Учить сочетать разбег с отталкивание в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
- Добиваться активного движения кисти рук при броске.
- Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
- Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
- Развивать психо-физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
- Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентацию в пространстве.
- Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.
- Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, формы, активно участвовать в уходе за ними.
- Обеспечивать разностороннее развитие личности ребёнка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.
- Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.
- Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры:

- Учить детей использовать разнообразные подвижные игры, способствующие развитию психофизических качеств, координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивая свои результаты и результаты товарищей.

- Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.
- Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям.

3.4.3. Учебно-тематический план работы по реализации основных задач в подготовительной к школе группе (см. Приложение 4).

3.5. Планируемые результаты освоения Программы (Целевые ориентиры)

	Четвертый год жизни	*Пятый год жизни*	*Шестой год жизни*	*Седьмой год жизни*
О чем узнают дети	Постепенно дети узнают и называют разные способы ходьбы, построений, прыжков, ползания и лазания, катания, бросания и ловли; исходные положения выполнения общеразвивающих упражнений (стоя, сидя, лежа); новые физкультурные пособия (мячи, ленты, погремушки, кубики и другие), их свойства и возможные варианты их использования. Дети осваивают простейшие общие для всех правила в подвижных играх, узнают о возможности передачи движениями повадок знакомых им животных, птиц, насекомых.	Дети узнают о том, что можно выполнять общеразвивающие упражнения в разном темпе (умеренном, быстром, медленном), с разными предметами; в этих упражнениях разнообразные движения рук (одновременные и поочередные, махи, вращения), требования к правильной осанке во время ходьбы и в положениях стоя и сидя, разные виды бега. Результат в упражнении зависит от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — от активного толчка и выноса маховой ноги, в прыжке в длину с места — от энергичного отталкивания и маха руками вперед-вверх.	Дети узнают новые порядковые упражнения: перестроения в 2 и 3 звена, способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, возможные направления и разную последовательность действий отдельных частей тела. Узнают, что хороший результат в основных движениях зависит от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге — от выноса голени маховой ноги вперед. Узнают особенности правильного выполнения равномерного бега в среднем и медленном темпах, прыжков в длину и высоту с разбега «согнув ноги», прыжков со скакалкой,	Дети узнают новые способы построений и перестроений, разноименные, разнонаправленные, поочередные движения в общеразвивающих упражнениях, парные упражнения. Узнают новые варианты упражнений с мячами разного размера, требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату, новые спортивные игры, правила спортивных игр.

	Дети знакомятся со спортивными упражнениями: ходьбой на лыжах, ездой на велосипеде, учатся ориентироваться в пространстве, узнают разные способы перестроений.	Дети узнают основные требования к технике ловли и отбивания мячей от пола, ползанию разными способами, лазанию по лестнице чередующимся шагом одноименным способом, исходному положению и замаху при метании вдаль. Знакомятся с некоторыми подводящими упражнениями. Узнают новое о спортивных упражнениях: зимой можно скользить по ледяным дорожкам с разбега. Дети узнают новые подвижные игры, игры с элементами соревнования, новые правила в играх, действия водящих в разных играх. Узнают, что в ритмических движениях существуют разные танцевальные позиции, движения можно выполнять в разном ритме и темпе, что по музыкальному	разных способов метания в цель и вдаль, лазания по лестнице разноименным способом, скользящего лыжного хода. Знакомятся со специальными подводящими упражнениями. Узнают разнообразные упражнения, входящие в «школу мяча». Знакомятся с новыми спортивными играми. В подвижных играх осваивают новые правила, варианты их изменения, выбора ведущих.	

		сигналу можно перестраиваться знакомым способом. Дети узнают новые физкультурные пособия (разные виды мячей, лент, флажков, обручей, гимнастических палок и другие), знакомятся с их свойствами и возможными вариантами их использования в соответствии с этими свойствами. Дети узнают специальные упражнения на развитие физических качеств.		
Что осваивают дети	Построения и перестроения. Порядковые упражнения. Повороты на месте. Общеразвивающие упражнения: с предметами и без предметов; в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Основные движения: разные виды ходьбы с заданиями; бег	Порядковые упражнения (построения и перестроения, повороты в движении); общеразвивающие упражнения; исходные положения; одновременные и поочередные движения рук и ног, махи, вращения рук; темп (медленный, средний, быстрый). Основные	Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, способы перестроения в 2 и 3 звена. Общеразвивающие упражнения: способы выполнения упражнений с различными предметами, направления и последовательность действий отдельных частей тела. Основные	Порядковые упражнения: способы перестроения; общеразвивающие упражнения: разноименные и одноименные упражнения; темп и ритм в соответствии с музыкальным сопровождением; упражнения в парах и подгруппах; основные движения: в беге —

	со сменой темпа и направления; прыжок в длину с места двумя ногами и в глубину (спрыгивание). Катание, бросание, метание: прокатывание предмета, упражнения с мячом (отбивание и ловля); бросание предметов одной и двумя руками горизонтально и вертикально в цель, вдаль. Лазание приставным шагом, перелезание и пролезание через предметы и под ними. Ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на трехколесном вело-сипеде; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. Подвижные игры. Основные правила игр. По мере накопления двигательного опыта у малышей формируются	движения: в беге — активный толчок и вынос маховой ноги; в прыжках — энергичный толчок и мах руками вперед-вверх; в метании — исходное положение, замах; в лазании — чередующийся шаг при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подвижные игры: правила; функции водящего. Спортивные упражнения: в ходьбе на лыжах — скользящий шаг. По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения: -самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры; - сохранять исходное положение; - четко выполнять повороты в стороны; - выполнять общеразвивающие упражнения в заданном	движения: вынос голени маховой ноги вперед в скоростном беге; равно-мерный бег в среднем и медленном темпах; способы выполнения прыжков в длину и высоту с разбега; прыжки со скакалкой; «школа мяча»; способы метания в цель и вдаль; лазание по лестнице одноименным и разноименным способами. Подвижные и спортивные игры: правила игр, способы выбора ведущего. По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения: - сохранять дистанцию во время ходьбы и бега; - выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки; - ходить энергично, сохраняя правильную	работу рук; в прыжках — плотную группировку, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подвижные и спортивные игры: правила игр; способы контроля за своими действиями; способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Спортивные упражнения: скользящий переменный шаг по лыжне. По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения: -самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения; -выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений;

	следующие новые двигательные умения: - строиться в круг, в колонну, парами, находить свое место; - начинать и заканчивать упражнения по сигналу; -сохранять правильное положение тела, соблюдая заданное направление; - ходить, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног; - бегать, не опуская головы; - одновременно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться в прыжках в длину с места и спрыгиваниях; - ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отбрасывать мяч, поражать вертикальную и горизонтальную цели; - подлезать под дугу (40 см), не касаясь руками пола;	темпе, четко соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях); - сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, умеренный, медленный); - сохранять равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны; при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера; -энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия; - ловить мяч с расстояния 1,5 м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд; - принимать исходное положение при метании; ползать разными	осанку; сохранять равновесие при передвижении по ограниченной площади опоры; - энергично отталкиваться и выносить маховую ногу вверх в скоростном беге; - точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой; - выполнять разнообразные движения с мячами («школа мяча»); - свободно, ритмично, быстро подниматься и спускаться по гимнастической стенке; -самостоятельно проводить подвижные игры; выбивать городки с кона и с полукона; - вести, передавать и забрасывать мяч в корзину, знать правила игры; - передвигаться на лыжах переменным шагом;	-выполнять упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями; -сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях; -сохранять скорость и заданный темп бега; ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления; -отбивать, передавать, подбрасывать мяч разными способами; точно поражать цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие); -энергично подтягиваться на скамейке различными способами. Быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестницам; лазать по канату (шесту) способом «в три приема»; -организовать игру с подгруппой сверстников.

	- уверенно лазать и перелезать по лесенке-стремянке (высота 1,5 м); - лазать по гимнастической стенке приставным шагом.	способами; - подниматься по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская реек, до 2 м;	- кататься на двухколесном велосипеде и самокате.	Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола; -выполнять попеременный двухшаговый ход на лыжах, подъемы и спуски с горы. Отталкиваться одной ногой, катаясь на самокате.
Планируемые результаты освоения программы	Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиениче-скими навыками. У ребенка сформирована соответствующая возрасту координация	- Ребенок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, вы-носливость, гибкость.	- Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных	- Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат. - Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет

	движений. Он. проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.	- Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве. - Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности. - Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх. - Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. - Способен внимательно	упражнений). - В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. - В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений. - Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. - Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выпол-	физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. - Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному

		воспринять показ педагога и далее самостоятельно успешно выполнить физическое упражнение. - Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила. - Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.	нения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. - В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.	удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

3.6. Социальное партнерство с родителями детей

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников.

МЛАДШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

1. Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.
2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Инструктор знакомит родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок. В ходе бесед «Почему ребенок плохо адаптируется в детском саду?», «Как уберечь ребенка от простуды?» инструктор совместно с воспитателем подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребенка становится здоровый образ жизни его семьи.

Инструктор стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми — ежемесячно проводятся совместные физкультурные досуги с родителями по технологии М.Н. Поповой «Навстречу друг другу». Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребенком.

Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребенка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.

СРЕДНИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

Взаимодействие педагогов с родителями детей пятого года жизни имеет свои особенности.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников

1. Познакомить родителей с особенностями развития ребенка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического развития.
2. Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком.
3. Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

В средней группе инструктор по физической культуре совместно с педагогами группы стремится сделать родителей активными участниками жизни детского коллектива. Способствуя развитию доверительных отношений между родителями и детьми, педагог организует совместные досуги по технологии М.Н.Поповой «Навстречу друг другу». Важно, чтобы на этих встречах родители присутствовали не просто как зрители, а совместно с детьми включались в игры, эстафеты.

Важно, чтобы во время совместных образовательных ситуаций и после них педагог поддерживал активность родителей, подчеркивал, что ему и детям без участия родителей не обойтись, обращал их внимание на то, как многому научились дети в совместной деятельности с родителями, как они гордятся своими близкими.

Таким образом, к концу периода среднего дошкольного детства инструктор вовлекает родителей в педагогический процесс как активных участников, создает в группе коллектив единомышленников, ориентированных на совместную деятельность по развитию физических качеств, двигательных навыков, здоровья детей.

СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

В старшем дошкольном возрасте педагог строит свое взаимодействие на основе укрепления сложившихся деловых и личных контактов с родителями воспитанников.

Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников

1. Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

Инструктор по физическому развитию активно вовлекает родителей в совместные с детьми виды деятельности, помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей. В процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников

1. Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях.

Инструктор опирается на проявление заинтересованности, инициативности самих родителей, делая их активными участниками спортивных праздников «Зимние забавы», «Путешествие по Африке», образовательных проектов оздоровительной направленности.

ПРИЛОЖЕНИЕ №1

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

СЕНТЯБРЬ (2 младшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	**Физическое развитие** учить ходить и бегать свободно, в колонне по одному; сохранять правильную осанку, энергично отталкиваться 2мя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение энергично отталкивать мяч 2мя руками одновременно, закреплять умение ползать; создавать условия для систематического закаливания организма.. **Социально-коммуникативное развитие:** способствовать участию детей в совместных играх; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль. ***Познавательная область:*** формировать навык ориентировки в пространстве
Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное инструктором направление; сохраняет правильную осанку, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на 2х ногах, может отталкивать мяч двумя руками, прокатывать друг другу; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.					
Вводная часть	Приучать детей бегать в заданном направлении, по кругу друг за другом; ходить, на носках, с высоким подниманием колен, парами взявшись за руки.				
ОРУ	Без предметов	Без предметов (стр. 24*)	С мячом (стр. 25*)	С кубиками (стр. 26*)	
Основные виды движений	1.Катание малого мяча друг другу. 2.Проползание заданного расстояния на четвереньках; на животе. 3. Прыжки на двух ногах на месте с произвольным движением рук; с хлопками в ладоши над головой.	1. Проползание заданного расстояния на четвереньках. 2. Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед. 3. Катание среднего размера мяча двумя руками инструктору; малого мяча в воротца.	1.Проползание в вертикально стоящий обруч на четвереньках. 2.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед, с хлопками. 3.Прокатывание мячей двумя руками друг другу. 4.Подбрасывание малого мяча вверх одной рукой, правой и левой.	1. Проползание в вертикально стоящий обруч на четвереньках. 2.Прокатывание мяча в одной и двумя руками под дугой. 3.Прыжи с продвижением вперед и подпрыгивая до ладони инструктора.	
Подвижные игры	«Бегите к флажку» «По ровненькой дорожке» (см.стр.22**)	«Бегите к флажку» «Поезд» (см.стр.22, 24**)	«Бегите к флажку» «По ровненькой дорожке» (см.стр.22**)	«Поезд» «Бегите к флажку» (см.стр.22,24**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ОКТЯБРЬ (2 младшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	**Физическое развитие.** развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направления, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки ползания, умение энергично отталкиваться 2мя ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании; воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей **Социально-коммуникативное развитие:** развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика; учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила.
Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора; сохраняет правильную осанку, может катать мяч в заданном направление; приземляться на полусогнутые; ползать на четвереньках; проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в д/с.					
Вводная часть	Бег по кругу друг за другом, в заданном направлении; ходьба парами взявшись за руки, по кругу друг за другом, обычная, на носках, с высоким подниманием колена				
ОРУ	Без предметов (стр. 28*)	Без предметов (стр. 29*)	С мячом (стр. 30)	На скамейке (стр.31*)	
Основные виды движений	1. Прыжки с продвижением вперед и подпрыгивая до ладони инструктора. 2.Подлезание под шнур, не касаясь пола руками. 3.Катание малого мяча друг другу; между предметами. 4.Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу.	1.Прыжки через два шнура; с продвижением вперед до предмета. 2. Прокатывание малых мячей под дугой. 3.Пролезание под дугу высота 50 см., не касаясь пола руками.	1.Подбрасывание среднего мяча вверх двумя руками снизу. 2 . Лазанье по лестнице лежащей на полу. 3. Прыжки из обруча в обруч. 4.Пролезание под дугу в группировке. 5.Прокатывние мяча друг другу под дугой	1.Прокатывание мяча друг другу, между предметами. 2. Ползание на четвереньках по прямой; с прокатывание мяча головой. 3.Прыжки на двух ногах, ноги врозь, ноги вместе; с продвижением вперед.	
Подвижные игры	«Птички и птенчики» «Птички в гнездышках» (см.стр.28, 29**)	«Птички и птенчики» «К мишке в гости» (см.стр.29,30**)	«Бегите ко мне» «Птички в гнездышках» (см.стр.29,31*)	«Птички и птенчики» (см.стр.28**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

НОЯБРЬ (2 младшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге; сохраняет правильную осанку. Может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.					**Физическое развитие:** продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться 2-мя ногами и правильно приземляться в прыжках; закреплять умение ползать; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. **Социально-коммуникативное развитие:** развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. **Речевое развитие:** помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом
Вводная часть	Ходьба по кругу друг за другом, держась за руки; с выполнением заданий остановка, поворот, приседание; бег врассыпную; в заданном направлении; по кругу друг за другом.				
ОРУ	С лентами (стр. 33*)	С обручем (стр. 34*)	Без предметов (стр. 36*)	С флажками (стр. 37*)	
Основные виды движений	1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу. 2.Прыжки на двух ногах через линии; через веревки. 3. Подлезание под двумя шнур, не касаясь руками пола. 4. Прокатывание мяча в воротца.	1 Прыжки на 2 ногах на месте, с произвольным движением рук; с продвижением вперед. 2 . Ловля мяча, брошенного педагогом; бросание мяча 2 руками снизу. 3. Лазанье по гимнастической лестнице, лежащей на полу. 4. Ползание на четвереньках по прямой.	1. Ловля мяча, брошенного педагогом; бросание мяча, вверх, вниз, об пол. 2. Ползание на четвереньках м/у предметами и вокруг. 3. Прыжки из обруча в обруч; в длину с места ч/з 2 линии. 4.Л Лазанье по гимнастической лестнице, лежащей на полу.	1. Ловля мяча, брошенного педагогом. 2. Ползать на четвереньках м/у предметами; по прямой с прокатыванием мяча головой. 3. Прыжки на 2 ногах на месте, с произвольным движением рук. 4.Подбрасывание мяча вверх 2 руками снизу.	
Подвижные игры	«Курочка - хохлатка» «Птички в гнездышках» (см.стр.35,36**)	«Курочка - хохлатка» «Птички в гнездышках» (см.стр.35, 36**)	«Курочка - хохлатка» «Карусель» (см.стр.36, 38**)	«Карусель» «Курочка - хохлатка» (см.стр.36,38**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЕКАБРЬ (2 младшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	**Физическое развитие.** продолжать упражнять в ходьбе и беге по кругу, врассыпную; дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физ упражнения вызывают хорошее настроение, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. **Социально-коммуникативное развитие:** постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду. **Речевое развитие:** развивать диалогическую форму речи
Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора; сохраняет правильную осанку. Может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.					
Вводная часть	Ходьба в заданном направлении; сочетая с движениями рук вверх, в стороны, вперед; бег по кругу, не держась за руки; с выполнением заданий остановится, догонять, убегать.				
ОРУ	С кубиками (стр. 39*)	С мячом (стр. 40*)	С кубиками (стр. 41*)	На скамейке (стр.42*)	
Основные виды движений	1. Бросание малого мяча вдаль правой и левой рукой; прока-тывание мяча в воротца из положения сидя. 2. Лазанье по лестнице. 3. Прыжки на месте в сочетании с движениями рук в стороны, вверх; с продвижением ч/з 2 линии. 4. Подлезание под гимн.палку, не касаясь руками пола	1. Прыжки с продвижением вперед до конуса. 2. Метание на дальность малого мяча пр.и лев.рукой. 3. Лазанье по лестнице. 4. Ползание на животе по прямой. 5. Катание мячей друг другу из положения сидя м/у предметами.	1. Прыжки из обруча в обруч; на месте с хлопками над головой. 2.Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Метание на дальность малого мяча пр.и лев.рукой..	1.Ползание по прямой с прокатыванием мяча головой. 2. Прыжки на месте в сочетании с движе-ниями рук; на 2 ногах с продвижением до конуса. 3. Бросание малого мяча в гор.цель. 4. Катание мячапод дугой из положения сидя в парах.	
Подвижные игры	«Лохматый пес» «Курочка - хохлатка» (см.стр.35,39**)	«Лохматый пес» «Курочка - хохлатка» (см.стр.35,39**)	«Поймай комара» «Курочка - хохлатка» (см.стр.35, 44**)	«Поймай комара» «Курочка - хохлатка» (см.стр.35, 44**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ЯНВАРЬ (2 младшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	**Физическое развитие:** упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий, врассыпную, в метании мяча, в лазанье по гимн.стенке; познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. **Социально-коммуникативное развитие:** постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду. **Речевое развитие:** развивать диалогическую форму речи
Планируемые результаты развития интегративных качествк уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора; сохраняет правильную осанку, может ползать произвольным способом; проявляет интерес к участию в совместных играх и физ.упр., проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.					
Вводная часть	Сочетая ходьбу с движениями рук вверх, в стороны, вперед; со сменой направления по сигналу; бег с выполнением заданий остановится, убежать, догнать; непрерывный 1мин.				
ОРУ	С платочками (стр. 44*)	С обручем (стр.45*)	С кубиком (стр. 46*)	Без предметов (стр. 47*)	
Основные виды движений	1.Ползание на четвереньках по гимн.скамье. 2. Прыжки на одной ноге, поочередно; на месте с хлопками над головой. 3. Метание на дальность мяча от груди пр.и лев.рукой. 4.Лазанье по лестнице 5. Ловля мяча, брошенного педагогом.	1. Прыжки с продвижением вперед ч/з гимн.палку; до конуса. 2. Ползание на четвереньках по гимн.скамье. 3. Бросание малого мяча вдаль пр.и лев.рукой.	1. Метание на дальность мяча пр.и лев.рукой ; в гор.цель. 2. Лазанье по гимн.лестнице. 3. Прыжки на одной ноге поочередно; на месте на 2 ногах с различными движениями рук.	1. Подпрыгивание на одной ноге. 2. Лазанье по гимн.лестнице. 3. Метание на дальность мяча пр.и лев.рукой. 4. Прыжки с продвижением вперед до конуса.	
Подвижные игры	«Найди свое место» «Курочка - хохлатка» (см.стр.35,50**)	«Курочка - хохлатка» (см.стр.35**)	«Курочка - хохлатка» (см.стр.35**)	«Поймай комара» «Курочка - хохлатка» (см.стр.35, 44**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ФЕВРАЛЬ (2 младшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	**Физическое развитие:** продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. **Социально-коммуникативное развитие:** развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки ползания; игры с мячами. **Речевое развитие:** помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом
Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой.					
Вводная часть	Ходьба со сменой направления по сигналу; по гимн.скамье, перешагивая ч/з предметы; по ребристой доске, перешагивая ч/з предметы; бег непрерывный в медленном темпе (50-60 сек); с выполнением заданий остановится, убежать, догнать.				
ОРУ	С кольцами (стр.50*)	С малым мячом (стр. 51*)	С мячом (стр. 52*)	Без предметов (стр. 53*)	
Основные виды движений	1. Ловля мяча, брошенного педагогом. 2. Прыжки ч/з 4-6 линий. 3. Ползание на четвереньках по гимн.скамье. 4. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	1. Прыжки на одной ноге поочередно; на 2 ногах из обруча в обруч. 2. Бросание мяча вверх, об пол, его ловля. 3. Ползание на четвереньках по гимн.скамье.. 4. Ловля мяча, брошенного педагогом.	1. Метание малого мяча пр.и лев. рукой в гор. цель. 2. Лазанье по гимн.лестнице.. 3. Прыжки на одной ноге поочередно; ч/з 4-6 линий. 4. Бросание мяча вверх, об пол, его ловля.	1. Прыжки ч/з веревки. 2. Ловля мяча, брошенного педагогом. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 4. Проползание на четвереньках, животе в заданном направлении.	
Подвижные игры	«Лохматый пес» «Найди свое место» (см.стр.35, 50**)	«Поймай комара» «Лохматый пес» (см.стр.35,44**)	«Курочка - хохлатка» «Прокати в ворота» (см.стр.35, 59**)	«Поймай комара» «Курочка - хохлатка» (см.стр.35, 44**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

МАРТ (2 младшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	**Физическое развитие:** учить находить свое место при построениях, отбивать мяч, продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. ***Социально-коммуникативное развитие:*** развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. ***Речевое развитие:*** помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом
Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора, может пролезать в вертикальный стоящий обруч; энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину; проявляет положительные качества в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения.					
Вводная часть	Ходьба по ребристой доске, перешагивая ч/з предметы; с перешагиванием ч/з рейки лестницы, положенные на пол; бег – догоняя катящиеся предметы; в быстром темпе.				
ОРУ	С кубиками (стр. 55*)	Без предметов (стр. 56*)	С мячом (стр.57*)	Без предметов (стр.58*)	
Основные виды движений	1. Перелезание ч/з гимн. бревно. 2. Метание в гор. цель малого мяча 2 руками от груди. 3. Прыжки в длину с места; ч/з 2 линии. 4 Отбивание мяча об пол одной рукой. 5.Пролезание в вер. стоящий обруч.	1. Метание в гор. цель малого мяча 2 руками от груди.. 2. Перелезание ч/з гимн. бревно. 3. Прыжки в длину с места. 4 Отбивание мяча об пол одной рукой. 5.Пролезание в вер. стоящий обруч.	1. Метание в гор. цель малого мяча 2 руками от груди.. 2. Перелезание ч/з гимн. бревно. 3. Прыжки в длину с места. 4 Отбивание мяча об пол одной рукой. 5.Пролезание в 2 вер. стоящих обруча.	1. Метание в гор. цель малого мяча 2 руками от груди.. 2. Перелезание ч/з гимн. бревно. 3. Прыжки в длину с места; ч/з 2 линии. 4. Пролезание в вер. стоящий обруч.	
Подвижные игры	«Воробушки и кот» «Курочка - хохлатка» (см.стр.35, 63**)	«Воробушки и кот» «Курочка - хохлатка» (см.стр.35, 63**)	«Воробушки и кот» «Найди, что спрятано» (см.стр.63,66**)	«Воробушки и кот» «Найди, что спрятано» (см.стр.63,66**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

АПРЕЛЬ (2 младшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное инструктором направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости. Может бросать мяч двумя руками; перелезать ч/з бревно; прыгать с высоты; владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к инструктору по имени и отчеству.					**Физическое развитие.:** учить бросать мяч вверх и, ловля его; закреплять умение ползать, ловить мяч; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. ***Социально-коммуникативное развитие:*** развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки ползания; игры с мячами. ***Речевое развитие :***помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом
Вводная часть	Ходьба с перешагиванием ч/з рейки лестницы, положенные на пол; по наклонной доске; по ребристой доске, перешагивая ч/з предметы; бег – догоняя катящиеся предметы; по прямой, извилистой; в быстром темпе.				
ОРУ	На скамейке с кубиком (стр. 60*)	С косичками (стр.61*)	Без предметов (стр. 62*)	С обручем (стр. 63*)	
Основные виды движений	1. Отбивание мяча об пол одной рукой пр.и лев. поочередно. 2. Прыжки через предметы. 3. Лазанье по гимн. стенке. 4. Бросание мяча из-за головы.	1. Прыжки с высоты; ч/з предметы. 2. Перелезание ч/з гимн. бревно. 3. Отбивание мяча об пол одной рукой пр.и лев. поочередно. 4. Лазанье по гимн. стенке. 5.Бросание мяча из-за головы.	1. Бросание среднего мяча из-за головы пр. и лев.рукой. 2. Пролезание в обру. 3. Прыжки с высоты; через предметы.	1. Бросание среднего мяча из-за головы пр. и лев.рукой; обеими руками. 2. Лазанье по гимн. стенке. 3.Прыжки в длину с места; через предметы. 4. Пролезание в обруч.	
Подвижные игры	«Кто дальше бросит мешочек» «Сбей кеглю» (см.стр.70**)	«Воробушки и кот» «Мыши и кот» (см.стр.63*, 72*)	«Сбей кеглю» «Воробушки и кот» (см.стр.63, 70**)	«Сбей кеглю» «Найди, что спрятано» (см.стр.66, 70**)	
Малоподвижные игры	«Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	Ходьба с дыхательными упражнениями	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

МАЙ (2 младшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора; сохраняет правильную осанку. Может перелезать через предметы, лазать по гимнастической стенке, метать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим.					**Физическое развитие:** закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, врассыпную, с перешагиванием через предметы; метать мяч в разных направлениях; лазать по гимнастической стенке; развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх активность; формировать желание вести ЗОЖ. ***Социально-коммуникативное развитие:*** развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми. **Речевое развитие:** развивать диалогическую форму речи.
Вводная часть	Ходьба по наклонной доске; медленное кружение в обе стороны; с перешагиванием ч/з рейки лестницы, положенные на пол; бег по прямой и извилистой; в быстром темпе				
ОРУ	С кольцом (стр. 65*)	С мячом (стр.66*)	С флажками (стр. 67*)	С платочками (стр.69*)	
Основные виды движений	1. Перелезание через бревно. 2. Прыжки в длину с места; с высоты. 3. Метание малого мяча в вер. и гор. цель пр. и лев. рукой; снизу, от груди. 4. Лазанье по гимн. стенке.	1. Прыжки в длину с места; с высоты.. 2. Пролезание в обруч; перелезание ч/з бревно. 3. Метание малого мяча в гор. цель пр. и лев. рукой; снизу, от груди. 4. Лазанье по гимн. стенке.	1. Пролезание в обруч; перелезание ч/з бревно.. 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание малого мяча в вер.цель пр. и лев. рукой.	1 Прыжки в длину с места; ч/з 2 линии. 2. Лазанье по гимн. стенке. 3. Метание мешочков вдаль.	
Подвижные игры	«Кто дальше бросит мешочек» «Сбей кеглю» (см.стр.70**)	«Воробушки и кот» «Мыши и кот» (см.стр.63*, 72*)	«Сбей кеглю» «Воробушки и кот» (см.стр.63, 70**)	«Сбей кеглю» «Найди, что спрятано» (см.стр.66, 70**)	
Малоподвижные игры	«Ходьба с дыхательными упражнениями	«Ходьба с дыхательными упражнениями	«Ходьба с дыхательными упражнениями	«Ходьба с дыхательными упражнениями	

ПРИЛОЖЕНИЕ №2

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

СЕНТЯБРЬ (средняя группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	***Физическое развитие:*** учить бегать легко ритмично, энергично отталкиваться носком; сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; подпрыгивать вверх энергично, прокатывать мяч друг другу; формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр. ***Социально-коммуникативное развитие:*** формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. Учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду. ***Познавательное развитие:*** формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет основными видами движений: умеет строиться в колонну по одному, по два и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч; ползать на четвереньках; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице.					
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную бег широким шагом; на носках.				
ОРУ	Без предметов (стр.20*)	С флажками (стр.23*)	С мячом (стр.25*)	С малым обручем (стр.28*)	
Основные виды движений	1. Ползание на четвереньках по прямой. 2. Прыжки на месте на двух ногах. 3. Прокатывание набивных мячей в произвольном направлении; малых мячей друг другу между предметами.	1. Прыжки на двух ногах на месте. 2. Прокатывание набивных мячей со сбиванием небольших предметов; обручей друг другу. 3. Ползание по наклонной доске.	1. Прыжки с продвижением вперед. 2. Ползание на четвереньках по прямой. 3. Бросание мяча друг другу снизу; из-за головы и ловля его.	1. Прокатывание мячей, обручей друг другу между небольшими предметами. 2. Ползание на четвереньках по прямой. 3.Прыжки на 2 ногах, на месте.	
Подвижные игры	«Парный бег» (см.стр.22**)	«Хитрая лиса» «Парный бег» (см.стр.22,23**)	«Хитрая лиса» «Парный бег» (см.стр.22,23**)	«Парный бег» «Удочка» (см.стр.22,26**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ОКТЯБРЬ (средняя группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: можетсохранять устойчивое положениепри ходьбе на повышенной опоре, находить свое место при ходьбе и беге.Знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры.					***Физическое развитие:*** учить сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре, находить свое место при ходьбе и беге, перестраиваться в колонну, выполнять действия по сигналу;рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики. ***Речевое развитие:***обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей. ***Познавательное развитие:*** развивать глазомер и ритмичность шага. ***Художественно-эстетическое развитие:***разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры. ***Социально-коммуникативное развитие:***учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр
Вводная часть	Ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего; с выполнением задания присесть, изменить положение рук; по гимн.скамье, бревну; бег на носках; в разных направлениях				
ОРУ	С косичками (стр.31*)	Без предметов (стр.34*)	С мячом (стр.36*)	С кеглей (стр.38*)	
Основные виды движений	1. Ползание по наклонной доске. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 3. Бросание мяча друг другу снизу; из-за головы и ловля его.	1. Прыжки через гимн. палку лицом вперед, спиной вперед. 2.Ползание на четвереньках между предметами. 3. Бросание мяча друг другу снизу; из-за головы и ловля его; перебрасывание мяча одной рукой ч/з препятствие.	1. Бросание мяча друг другу снизу; из-за головы и ловля его; одной рукой через препятствие. 2. Ползание на четвереньках между предметами; по наклонной доске. 3.Прыжки с продвижением вперед.	1. Бросание мяча друг другу снизу; из-за головы и ловля его. 2. Ползание на четвереньках между предметами; по наклонной доске. 3. Прыжки через гимн. палку лицом вперед, спиной вперед; с продвижением вперед.	
Подвижные игры	«Удочка» «Парный бег» (см.стр.22,26**)	«Сбей кеглю» (см.стр.30**)	«Удочка» «Сбей кеглю» (см.стр. 26,30**)	«Сбей кеглю» «Парный бег» (см.стр.22,30**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-40сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-40 сек.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
НОЯБРЬ (средняя группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: может перестраиваться в колонну, выполнять ведущую роль в подвижной игре.Знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности.Знает значение и выполняет команды при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры					***Физическое развитие:*** учить перестроению в колонну, выполнять ведущую роль в подвижной игре; рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. ***Речевое развитие:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. ***Социально-коммуникативное развитие:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу снизу.
Вводная часть	Ходьба по гимн.скамье, бревну, по веревке, змейкой, врассыпную; с выполнением заданий присесть, изменить положение рук; бег в колонне по одному, по двое, в разных направлениях, широким шагом.				
ОРУ	С кубиками (стр.40*)	Без предметов (стр.42)	С мячом (стр.44*)	С флажками (стр.46*)	
Основные виды движений	1.Ползание на четвереньках между предметами; по прямой. 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы и ловля его; одной рукой через препятствие. 3. Прыжки через гимн. палку лицом вперед, спиной вперед; на месте на 2 ногах.	1. Прыжки через гимн. палку лицом вперед, спиной вперед; на месте на 2 ногах. 2. Лазанье на четвереньках по наклонной доске. 3. Бросание мяча друг другу снизу; из-за головы и ловля его. 4. Ползание на четвереньках по прямой.	1. Бросание мяча друг другу из-за головы и ловля его. 2.Ползание на четвереньках между предметами; по наклонной доске. 3. Прыжки через гимн. палку лицом вперед, спиной вперед; с продвижением вперед.	1. Бросание мяча друг другу из-за головы и ловля его. 2. Прыжки через гимн. палку лицом вперед, спиной вперед; на месте на 2 ногах. 3. Ползание на четвереньках между предметами.	
Подвижные игры	«Эстафета парами» «Удочка» (см стр.26,36**)	«Эстафета парами» «Хитрая лиса» (см.стр.23,36**)	«Эстафета парами» «Сбей кеглю» (см.стр.30,36**)	«Эстафета парами» (см.стр.36**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЕКАБРЬ (средняя группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: может прыгать с поворотами, ползать с опорой на ладони и стопы, подлезать под гимн. палк правым и левым боком соблюдать дистанцию во время передвижения; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков черезлинии; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям.					***Физическое развитие:*** учить равняться по ориентирам, отбивать мяч правой и левой рукой, соблюдать дистанцию во время передвижения: рассказывать о пользе дыхательных упражнений. ***Речевое развитие:*** обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. ***Социально-коммуникативное развитие*:** учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре;формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками
Вводная часть	Ходьба по гимн.скамейке с перешагиванием через предметы, с поворотом с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны; с перешагиванием через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, высоко поднимая колени; бег на носках, с высоким подниманием колен, мелким, широким шагом, с обеганием предметов.				
ОРУ	С платочками (стр.49*)	С мячом (стр.51*)	Без предметов (стр.53*)	С кубиками (стр.56*)	
Основные виды движений	1. Прыжки с поворотом вправо, влево, кругом. 2. Подлезание под гимн.палку, правым и левым боком. 3.Бросание мяча вверх, о землю и его ловля двумя руками.	1.Прыжки с поворотом вправо, влево, кругом. 2. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. 3. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой.	1. Подлезание под гимн.палку, правым и левым боком. 2. Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий; с поворотом вправо, влево, кругом. 3. Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками.	1.Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками. 2. Подлезание под гимн. палку, правым и левым боком. 3. Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий; с поворотом вправо, влево, кругом.	
Подвижные игры	«Мы веселые ребята» (см.стр.44**)	«Мы веселые ребята» «Два Мороза» (см.стр.44, 46**)	«Мы веселые ребята» «Два Мороза» (см.стр.44, 46**)	«Мы веселые ребята» «Два Мороза» (см.стр.44, 46**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-40сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-40сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-40сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-40сек.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ЯНВАРЬ (средняя группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: может отбивать мяч о пол одной рукой/, метать мяч на дальность; владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; умеет рассказывать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; проявляет интерес к участию в музыкальных играх.					***Физическое развитие:*** учить отбивать мяч о пол одной рукой; рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босикомпо ребристой поверхности. ***Речевое развитие:*** обсуждать пользу массажа различных частей тела, формировать словарь. ***Социально-коммуникативное развитие:***учить правильно, подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. ***Познавательное развитие:***формировать умение двигаться в заданномнаправлении, используя систему отсчёта. ***Художественно-эстетическое развитие:*** учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки
Вводная часть	Ходьба, высоко поднимая колени; по гимн.скамейке с перешагиванием через предметы, с поворотом с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны; с перешагиванием через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола; с выполнением заданий присесть, изменить положение рук бег с обеганием предметов, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, непрерывный в медленном темпе, с ускорением и замедлением, со сменой ведущего				
ОРУ	С обручем (стр.59*)	С мячом (стр.60*)	С косичкой (стр.62*)	С обручем (стр. 64*)	
Основные виды движений	1. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. 2. Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий. 3. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой.	1. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; по гимн. скамейке на животе, хват с боку. 2. Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий; ноги врозь - ноги вместе; на одной ноге. 3. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой. 4. Метание малого мяча на дальность пр. и лев.рукой.	1.Отбивание мяча о пол правой и левой рукой. 2.Ползание по гимн. скамейке на животе, хват с боку. 3.Прыжки ноги вместе – ноги врозь с поворотом кругом; на одной ноге поочередно; через 4-5 линий. 4. Метание малого мяча на дальность пр. и лев.рукой.	1. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. 2. Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий. 3. Отбивание мяча о пол правой и левой рукой.	
Подвижные игры	«Сделай меньше прыжков» «Мы веселые ребята» (см.стр.44,52**)	«Сделай меньше прыжков» «Два Мороза» (см.стр.46,52**)	«Охотники и зайцы» «Сделай меньше прыжков» (см.стр.52, 55**)	«Охотники и зайцы» «Два Мороза» (см.стр.46,56**)	
Малоподвижные	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	

игры					

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ФЕВРАЛЬ (средняя группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	***Физическое развитие:***совершенствовать физические качества,учить принимать правильное и.п. при метании, сочетать при прыжках отталкивание со взмахом рук, при приземление сохранять равновесие. ***Социально-коммуникативное развитие:***учить самостоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр; формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр. ***Познавательное развитие:*** учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, вверху-внизу
Планируемые результаты развития интегративных качеств: может прыгать веревки, сочетая отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления;перебрасывает мяч; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры					
Вводная часть	Ходьба, высоко поднимая колени, с выполнением задания присесть, изменить положение рук, остановиться по сигналу; по гимн.скамейке с перешагиванием через предметы, с поворотом с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны; по наклонной доске, бег непрерывный в медленном темпе, с ускорением и замедлением, со сменой ведущего, с обеганием предметов.				
ОРУ	Без предметов (стр.66*)	На стульях (стр.68*)	С мячом (стр.70*)	С гимн.палкой (стр.72*)	
Основные виды движений	1. Ползание по гимн. скамейке на животе, хват с боку. 2. Прыжки ноги вместе – ноги врозь; на одной ноге поочередно; на 2 ногах с продвижением вперед. 3. Метание малого мяча на дальность пр. и лев. рукой.	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой. 2.Подлезание под гимн. палку, правым и левым боком; ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь руками. 3. Прыжки поочередно через 4-5 веревки; ноги вместе – ноги врозь; на одной ноге поочередно. 4. Метание малого мяча на дальность пр. и лев. рукой.	1. Подлезание под гимн. палку, правым и левым боком; ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. 2. Прыжки поочередно через 4-5 веревки; ноги вместе – ноги врозь; на одной ноге поочередно. 3. Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками. 4. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой.	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой. 2. Прыжки поочередно через 4-5 веревок; ноги вместе – ноги врозь с поворотом кругом; на одной ноге поочередно. 3.Ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь руками. 4. Метание малого мяча на дальность пр. и лев. рукой.	
Подвижные игры	«Веселые соревнования» (см.стр.60*)	«Сделай меньше прыжков» «Мы веселые ребята» (см.стр.44,52**)	«Веселые соревнования» «Охотники и зайцы» (см.стр.60, 63**)	«Веселые соревнования» «Сделай меньше прыжков» (см.стр.64,65**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

МАРТ (средняя группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	***Физическое развитие*:**совершенствовать навыки ходьбы, бега, прыжков, продолжать учить отбивать мяч; осознанно относиться к выполнению правил игры; челночный бег; формировать навык оказания первой помощи при травме. ***Социально-коммуникативное развитие:*** учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков через кубики, ходьбы с перешагивание через набивные мячи. ***Речевое развитие:*** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры. ***Познавательное развитие:***рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор
Планируемые результаты развития интегративных качеств: может ползать по гимнастической скамейке, пролезать в обруч, перелезать через препятствия; челночный бег; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков через скакалку; умеет отбивать мяч 4-5 раз; планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Совушка»					
Вводная часть	Ходьба приставным шагом, с перешагиванием через набивные мячи, со сменой ведущего; бег с ловлей и увертыванием, змейкой.				
ОРУ	Без предметов (стр.74*)	С обручем (стр.75*)	С мячом (стр. 77*)	С флажками (стр. 79*)	
Основные виды движений	1. Прыжки через предметы. 2. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимн. скамейку. 3. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой.	1. Прыжки через короткую скакалку; через предметы с хлопками над головой. 2. Метание мяча в вер. цель. 3. Ползание по гимн. скамейке на животе, хват с боку.	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой на месте 4-5 раз. 2. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимн. скамейку. 3.Прыжки через предметы с хлопками над головой.	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой на месте 4-5 раз. 2. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимн. скамейку. 3.Прыжки через короткую скакалку 4-5 раз.	
Подвижные игры	«Сделай фигуру» «Совушка» (см.стр.67, 68**)	«Сделай фигуру» «Совушка» (см.стр.67, 68**)	«Сделай фигуру» «Совушка» (см.стр.67, 68**)	«Сделай фигуру» (см.стр.72**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-35 сек.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
АПРЕЛЬ (средняя группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево»; может метать мешочки с замахом и правильно принимает и.п. при метании; лазать по гимнастической стенке.					***Физическое развитие:*** закреплять умение правильно принимать и.п. при метании мешочков; отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями; соблюдении дистанции во время передвижения и построения. ***Социально-коммуникативное развитие:*** учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель. ***Речевое развитие:*** подобрать стихи на тему «Журавли летят» .
Вводная часть	Ходьба со сменой водящего, с перешагиванием через набивные мячи, кружение в обе стороны, по наклонной доске; бег змейкой, челночный, на 20 м.				
ОРУ	Без предметов (стр. 82*)	С кеглей (стр. 83*)	С мячом (стр. 85*)	С косичкой (стр. 87*)	
Основные виды движений	1. Прыжки через короткую скакалку; с высоты. 2. Метание в вертикальную цель. 3.Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимн. скамейку. 4. Ползание по гимн. скамейке на животе, хват с боку.	1. Прыжки через короткую скакалку; с высоты. 2. Метание в вертикальную и гори-зонтальную цель. 3. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимн. скамейку. 4. Ползание по гимн. скамейке на животе, хват с боку.	1.Метание в вертикальную цель. 2. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимн. скамейку. 3. Прыжки через короткую скакалку; с высоты. 4. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой на месте 4-5 раз. 5. Лазанье по гимн. стенке перелезание с одного пролета на другой.	1. Лазанье по гимн. стенке перелезание с одного пролета на другой. 2. Прыжки на месте ч/з короткую скакалку, раскачивая ее вперед-назад. 3. Метание в вертикальную цель.	
Подвижные игры	«Не оставайся на полу» «Сбей кеглю» (см.стр.75**)	«Догони мяч» «Не оставайся на полу» (см.стр.76, 77**)	«Догони мяч» «Свушка» (см.стр. 77, 78)	«Мяч водящему» «Не оставайся на полу» (см.стр.79, 80**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-45 сек	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-45 сек	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-45 сек	Ходьба с дыхательными упражнениями 30-45 сек	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАЙ (средняя группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет навыками прыжков; соблюдает правила безопасности; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; прыгать в длину и с высоты; отбивать мяч, соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде					***Физическое развитие:***совершенствовать умения и навыки правильного выполнения основных видов движения, развивать координационные возможности детей, способствовать осознанному контролю за положением тела при выполнении ОРУ. ***Социально-коммуникативное развитие:***учить соблюдать правила безопасности. ***Речевое развитие:*** формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры
Вводная часть	Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, кружение в обе стороны, по наклонной доске; бег на 20м, челночный				
ОРУ	Без предметов (стр. 89*)	С кубиками (стр.91*)	С палкой (стр. 92*)	С мячом (стр.93*)	
Основные виды движений	1. Лазанье по гимн. стенке перелезание с одного пролета на другой. 2. Прыжки с высоты. 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимн. скамейку.	1. Метание в вертикальную цель. 2. Лазанье по гимн. стенке перелезание с одного пролета на другой. 3. Прыжки в длину с места; с высоты. 4.Отбивание мяча об пол правой и левой рукой на месте 4-5 раз.	1. Метание в вертикальную и горизонтальную цель правой и левой рукой. 2. Прыжкив длину с места 3. Ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь руками. 4. Лазанье по гимн. стенке перелезание с одного пролета на другой.	1. Прыжки с высоты. 2. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 3. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимн. скамейку. 4. Лазанье по гимн. стенке перелезание с одного пролета на другой.	
Подвижные игры	«Не оставайся на полу» «Сбор урожая» (см.стр.82, 83**)	«Не оставайся на полу» «Сбор урожая» (см.стр.82, 83**)	«Сбор урожая» «Мяч водящему» (см.стр.85, 86**)	«Не оставайся на полу» (см.стр.86**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 40-45 сек	Ходьба с дыхательными упражнениями 40-45 сек	Ходьба с дыхательными упражнениями 40-45 сек	Ходьба с дыхательными упражнениями 40-45 сек	

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СЕНТЯБРЬ (старшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание; самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры моет руки прохладной водой после окончания физических упражнении и игр; аккуратно одевается и раздевается; соблюдает порядок в своем шкафу; проявляет активность при участии в подвижных играх; выражает положительные эмоции радость, удовольствие при выполнении упражнений под музыку.					***Физическое развитие:*** Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость; формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения; проводить комплекс закаливающих процедур (солнечные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ; следить за осанкой при ходьбе. ***Речевое развитие:*** поощрять речевую активность детей в процессе двиг. деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий Ф.К. ***Социально-коммуникативное развитие:*** убирать сп.инвентарь при проведения физ.упр; формировать навыки безопасного поведения во время проведения бросков мяча двумя руками. ***Художественно-эстетическое развитие:*** сопровождать игровые упр. музыкой.
Вводная часть	Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в 3колонны, б.до 1мин.с высоким подниманием коленей.				
ОРУ	Без предметов (см.стр.15)	С мячом (см.стр.19*)	С мячом (см.стр.25*)	С обручем (см.стр.28*)	
Основные виды движений	1.Ходьба по гимн.скамейке с перешагиванием через кубики, мячи, руки на пояс; руки за голову. 2.Прыжки на 2х ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами. 3.Передача мячей двумя руками снизу. 4.Броски мяча о пол м/у шеренгами одной рукой и ловля его 2 руками после отскока о пол.	1. Подпрыгивание на 2х ногах «Достань до предмета». 2.Подбрасывание мяча вверх 2 руками; ловля после хлопка. 3.Ползание на четвереньках м/у предметами. .	1. Ползание по гимн. скамейке с опорой на ладони и колени; предплечье и колени. 2. Подбрасывание мяча вверх 2 руками; ловля после хлопка. 3.Ходьба по канату боком, приставным шагом, руки на пояс; с мешочком на голове. 4.Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах на расстоянии 2,5 м. .	1. Пролезание в обруч боком. 2.Ходьба, перешагивая ч/з препятствие. 3.Прыжки на 2 ногах с мешочком, зажатым м/у колен; на 2 ногах с продвижением вперед. 4.Пролезание в обруч прямо и боком в группировке.	
Подвижные игры	«Мышеловка» (см.стр.16*)	«Фигуры» (см.стр.20*)	«Погрузи овощи в машину» (см.стр.147**)	«Собери фрукты» (см.папку)	
Малоподвижные игры	«У кого мяч» (см.стр.17*)	«Найди и промолчи» (см.стр.20*)	Ходьба в колонне по одному, выполняя задания для рук.	Ходьба в колонне по одному.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ОКТЯБРЬ (старшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: может сочетать замах с броском, при метании**;** владеет соответствующими возрасту основными движениями прыжки со скамейке, ползание на четвереньках между предметами, метание мяча в цель; самостоятельно и при помощи выполняет гигиенические процедуры: моет руки прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу; проявляет активность при участии в подвижных играх.					***Физическое развитие:*** учить сочетать замах с броском при метании; закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух). ***Речевое развитие:*** поощрять речевую активность детей в процессе двиг. деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня. ***Социально-коммуникативное развитие:*** учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в сп.зале; формировать навыки ориентироваться на местности, безопасного поведения при выполнении прыжков со скамейки, ползание на четвереньках между предметами, метание мяча в цель.
Вводная часть	Перестроение в колонну по двое, по трое; ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин.с перешагиванием через бруски; ходьба по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	Без предметов (см.стр.28*)	С гимнастической палкой (см.стр.30*)	С малым мячом (см.стр.33*)	С обручем (см.стр.36*)	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимн. скамейке приставным шагом, руки на пояс; перешагивая ч/з набивные мячи. 2.Прыжки на 2 ногах ч/з короткие шнуры, на расстоянии 50 см; справа и слева, продвигаясь вперед. 3.Броски мяча двумя руками, стоя в шеренгах на расстоянии 2,5 м. друг от друга, от груди.	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2.Броски мяча друг другу2 руками из-за головы; от груди. 3.Ползание по гимн. скамейке на четвереньках; с переползанием ч/з препятствия.	1 Подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола. 2.Метание мяча в гор.цель правой и левой рукой. 3.Ползание на четвереньках м/у предметами. 4.Ходьба по гимн. скамейке приставным шагом; с перешагиванием ч/з набивные мячи, руки на пояс.	1.Пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. 2.Ходьба по гимн. скамейке, на середине перешагнуть ч/з предмет; на середине присесть, хлопнуть в ладоши. 3.Прыжки на 2 ногах на препятствие (мат) высотой 20 см. 4.Ползание на четвереньках с преодолением препятствия.	
Подвижные игры	«Не оставайся на полу» (см.стр.31*)	«Мы осенние листочки» (см.стр.181***)	«У медведя во бору» (см.стр.185***)	«Собери грибы в корзину» (см.стр.141**)	
Малоподвижные игры	«У кого мяч?» (см.стр.32*)	Ходьба в колонне по одному	«Угадай где спрятано» (см.стр.36*)	«Кто ушел?» (см.стр.170***)	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
НОЯБРЬ (старшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, ведение мяча, ползание по скамейке; самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры моет руки прохладной водой после окончания физ.упр.и игр; аккуратно одевается и раздевается; соблюдать порядок в своем шкафу; проявляет активность при участии в подвижных играх.					***Физическое развитие:*** учить ведению мяча с продвижением вперед, правой и левой рукой; проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки. ***Речевое развитие:*** обсуждать пользу закаливания и Ф.К. ***Социально-коммуникативное развитие:*** следить за опрятностью одежды и прически; учить убирать спорт.инвентарь при проведении физ.занятий; учить правилам использования спорт. инвентаря. ***Познавательное развитие:*** ориентировать в окружающем пространстве, повороты направо, налево.
Вводная часть	Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три.				
ОРУ	С малым мячом (см.стр.39*)	Без предметов (см.стр.42*)	С мячом (см.стр.44*)	На гимнастической скамейке (см.стр.46*)	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимн.скамейке, на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной. 2.Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. 3.Броски мяча 2 руками снизу, в парах; из-за головы.	1. Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно. 2.Ведение мяча, с продвижением вперед. 3.Ползание на животе по гимн. скамейке, подтягиваясь 2 руками хват с боку; на четвереньках по прямой, подталкивая мяч головой.	1. Пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода. 2.Ходьба по гимн. скамейке приставным шагом; по прямой на носках, руки за головой. 3. Ведение мяча, с продвижением вперед. 4. Ползание по гимн. скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени.	1. Подлезание под шнур (высота 40 см) боком и прямо в группировке, не касаясь руками пола. 2.Ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове, руки на пояс; по прямой м/у предметами на носках, руки за головой. 3.Прыжки на правой и левой ноге до предмета; попеременно.	
Подвижные игры	«Удочка» (см.стр.45*)	«Бездомный заяц» (см.стр.175***)	«Зайцы и волк» (см стр. 177***)	«Кот и мыши» (см.стр.177***)	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«У кого мяч?» (см.стр.173***)	«Угадай, кто позвал» (см.стр.170***)	«Гусиная прогулка» (см.стр.168***)	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЕКАБРЬ (старшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности	Интеграция

Темы / Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	образовательных областей
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями прыгает на двух ногах, подбрасывание мяча вверх, ползание по скамейке, передача мяча друг другу; лазание разными способам, ходьба по скамейке. Самостоятельно и при небольшой помощи взрослого аккуратно одеваться, проверяет все застежки на одежде и опрятность своего внешнего вида, следит за осанкой при х.; проявляет активность при участии в подвижных играх.					***Физическое развитие:*** закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; учить прово-дить комплекс закали-вающих процедур; формировать гигиени-ческие навыки. ***Социально-коммуникативное развитие:*** побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр; следить за опрятностью одежды и прически; учить убирать сп. инвентарь при проведении физ.занятий; формировать навыки ориентироваться на местности. ***Познавательное развитие:*** развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагива-нием через кубики, через мячи.
Вводная часть	Равнение в затылок, в колонне, в шеренге, бег и ходьба .между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом.				
ОРУ	С обручем (см.стр.49*)	Без предметов (см.стр.53*)	С кубиками (см.стр.56*)	Без предметов (см.стр.55*)	
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске боком, закрепленной на стенке, руки в стороны; переход на гимн. скамейку, ходьба боком; с перешагиванием ч/з набивные мячи. 2.Прыжки на 2 ногах ч/з бруски (рас. м/у брусками 50 см); м/у предметами. 3.Броски мяча друг другу 2 руками из-за головы (рас.2,5 м).	1. Броски мяча вверх и ловля его 2 рукакми. 2. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь впе-ред; попеременно на правой и левой ноге на рас.5м. 3.Ползание на четвереньках м/у предметами; по прямой, подталкивая мяч головой. 5. Прокатывание набивного мяча	1. Перебрасывание большого мяча в парах снизу; ловля с хлопком в ладоши (рас.2,5 м). 2.Ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове, руки в стороны; приставным шагом. 3.Ползание по гимн. скамейке на животе, хват рук с боку; на четвереньках с мешочком на спине.	1. Лазанье на гимн.стенку; разноименным способом. 2. Ходьба по гимн. скамейке, перешагивая ч/з предметы; приставным шагом с мешочком на голове. 3.Прыжки на 2 ногах м/у предметами; с мешочком зажатым м/у колен.	
Подвижные игры	«Птицы улетают!» (см.стр.29*)	«Воробышки и кот» (см.стр.175***)	«Мороз Красный нос» (см.стр.50*)	«Укрась новогоднюю елку» (см.стр.155**)	
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи» (см.стр.29*)	Ходьба в колонне по одному с выполнением дых. упр.	«Круг – кружочек» (см.стр.170***)	«Добрые слова» (см.стр.169***)	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ЯНВАРЬ (старшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы /	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	

Этапы занятия					
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями ползание под дугами, ходьба с перешагиванием через набивные мячи, по наклонной доске; прыжки разными способами; ведение мяча. Самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в подвижных играх.					
Вводная часть	Размыкание в колонне на вытянутые руки вперед; ходьба и бег между кубиками, положенными в шахматном порядке, по кругу, держась за шнур, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба с выполнением заданий. Бег врассыпную, с выполнением заданий, в чередовании.				
ОРУ	С кубиками (см.стр.59*)	С веревкой (см.стр.61*)	На гимнастической скамейке (см.стр.64*)	Без предметов (см.стр.55*)	
Основные виды движений	1. Ходьба и бег по наклонной доске высота 40 см. 2.Прыжки на правой и левой ноге м/у кубиками; м/у набивными мячами расстояние 4 м. 3. Перебрасывание мяча в парах от груди.	1. Прыжки в длину с места (не менее 80 см). 2.Ползание под дугами, подталкивая мяч головой. 3.Броски мяча вверх; перебрасывание мяча в парах снизу. 4.Перелезание ч/з предметы. .	1. Перебрасывание мяча в парах от груди; друг другу и ловля их после отскока о пол 2.Ходьба с перешагиванием ч/з набивные мячи, руки на поясе; с мешочком на голове, руки в стороны. 3.Перелазание в обруч правым и левым боком, в группировке.	1.Лазанье на гимн.стенку одноименным способом. 2. Ходьба по гимн.скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой; руки за головой. 3. Прыжки ноги врозь, ноги вместе с продвижением вперед. 4. Ведение мяча в движении.	
Подвижные игры	«Разноцветные узоры» (см.стр.158**)	«Снежная королева» (см.стр.164***)	«Мяч соседу» (см.стр.182***)	«Лиса в курятнике» (см.стр.178***)	
Малоподвижные игры	По выбору детей	«Найдем зайца» (см.стр.63*)	Ходьба «змейкой» по верёвке, по косичке	«Найди и промолчи» (см.стр.171***)	

Физическое развитие: учить перебрасывать мяч в парах; проводить комплекс закаливающих процедур.
Социально-коммуникативное развитие: поощрять проявление смелости, находчивость, взаимовыручки во время выполнения физ.упр; учить следить за чистотой спорт. инвентаря; формировать навыки дисциплини-рованности и созна-тельного выполнения правил безопасности.
Речевое развитие: поощрять прогова-ривание действий и названия упр.в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ФЕВРАЛЬ (старшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	***Физическое развитие:***

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями, может ходить по гимн.скамье, метать в вертикальную цель, прыгать боком; подбрасывать мяч одной рукой и ловить его; лазать по гимнастической стенке разными способами. Самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры; проявляет активность при участии в подвижных играх.					учить побрасывать и ловить мяч одной рукой; прыгать боком; проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки; следить за осанкой при ходьбе. ***Социально-коммуникативное развитие:*** поощрять проявление смелости, находчивость, взаимовыручки во время выполнения физ.упр; учить следить за чистотой сп.инвентаря; формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности. ***Познавательное развитие:*** развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время игровых заданий
Вводная часть	Размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны; ходьба и бег врассыпную, в колонне по одному, бег до 1,5 мин.с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий на внимание.				
ОРУ	С гимнастическими палками (см.стр.68*)	С большим мячом (см.стр.68*)	На гимнастической скамейке (см.стр.72*)	Без предметов (см.стр.73*)	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимн. скамейке, руки в стороны; бег. 2. Забрасывание мяча в корзину с расстояния 2 м. из-за головы; от груди. 4. Прыжки ч/з бруски высота брусков 10 см; правым и левым боком.	1. Отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед. 2.Подлезание под дугу высота 40 см, не касаясь руками пола. 3.Прыжки в длину с места. 4.Перебрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока о пол 2 руками.	1. Метание в вертик. цель правой и левой рукой. 2.Ходьба на носках м/у предметами; перешагивание ч/з шнур высота 40 см. 3.Подлезание под шнур высота 40 см. 4. Ползание по гимн. скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	1. Лазанье на гимн. стенку разноименным; одноименным способом. 2.Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед, м/у предметами 3.Отбивание мяча в ходьбе. 4. Ходьба по гимн. скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой; руки за головой.	
Подвижные игры	«Гуси-лебеди» (см.стр.36*))	«Мышеловка» (см.стр.72*)	«Пожарные на учении» (см.стр.40*)	«Не оставайся на полу» (см.стр.71)	
Малоподвижные игры	«Летает не летает» (см.стр.37*)	Ходьба в колонне по одному	«Найди и промолчи» (см.стр.41*)	Ходьба в колонне по одному, на носочках.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

МАРТ (старшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	***Физическое развитие*:**

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями прыжки из обруча в обруч, правым и левым боком; метание в цель; ползание по скамейке; самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры; проявляет активность при участии в подвижных играх.					учить прыгать в высоту с разбега, правильно разбегаться и при-земляться; бегать наперегонки: формировать правильную осанку; развивать быстроту, выносливость. ***Социально-коммуникативное развитие:*** учить детей постоянно и своевременно и своевременно поддержи-вать порядок в сп.зале; формировать навыки безопасного поведения при выполнении прыжков в высоту с разбега, ползание на четвереньках, по скамейке. ***Речевое развитие:*** поощрять речевую активность детей в процессе двиг. деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня. ***Познавательное развитие:*** развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время перестроения в колонну
Вводная часть	Повороты направо, налево, кругом; ходьба в колонне по одному, на сигнал поворот в другую сторону; перестроение в колону по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по 4; челночный бег 3 раза по 10 м.				
ОРУ	С малым мячом (см.стр.77*)	Без предметов (см.стр.79*)	С кубиками (см.стр.81*)	С обручем (см.стр.83*)	
Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком с мешочком на голове, руки на поясе; приставным шагом. 2.Прыжки из обруча в обруч; на 2 ногах ч/з набивные мячи. 3.Передача мяча с отскоком о пол и ловля с хлопком. .	1. Прыжок в высоту с разбега 30 см. 2.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой. 3.Ползание на четвереньках между предметами.	1. Ходьба по гимн. скамейке боком, на середине присесть, повернуться кругом. 2.Прыжки вправо и влево ч/з шнур, продвигаясь вперед; из обруча в обруч на 2 ногах; на правой и левой ноге. 3.Ползание по гимн. скамейке с опорой на ладони и ступни; на четвереньках.	1. Подлезание под шнур высота 40 см, не касаясь руками пола . 2.Метание мешочков в горизонтальную цель. 3.Ходьба на носках м/у набивными мячами, руки за головой; с перешагиванием ч/з набивные мячи попеременно правой и левой ногой. 4. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени.	
Подвижные игры	«Горелки» (см.стр.78*)	«Весеннее солнышко» (см.стр.171**)	«Карусель» (см.стр.81*)	«Удочка» (см.стр.85*)	
Малоподвижные игры	«Летает- не летает» (см.стр.79*)	«Необычный художник» (см.стр.171***)	«Тик-так» (см.стр.172***)	«Улитка» (см.стр.174***)	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

АПРЕЛЬ (старшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	***Физическое развитие:***

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями прокатывания мобруча, прыжки через скакалку, боком; метание в вертикальную цель; подбрасывание мяча; самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в подвижных играх.					учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий; лазать по гимнастической стенке, меняя темп: совершенствовать двигательные умения и навыки детей. ***Социально-коммуникативное развитие:*** учить следить за чистотой сп.инвентаря; формировать навыки безопасного поведения во время лазанья по гимн. стенке, прыжков через скакалку. ***Речевое развитие:*** поощрять речевую активность детей в процессе двиг.деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на человека. ***Познавательное развитие:*** развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве.
Вводная часть	Повороты переступанием, прыжком; ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1мин.в среднем темпе, ходьба и бег между предметами; бег на скорость 20м.				
ОРУ	С гимнастической палкой (см.стр.86*)	С короткой скакалкой (см.стр.88*)	С малым мячом (см.стр.90*)	Без предметов (см.стр.92*)	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимн. скамейке , руки в стороны; с передачей мяча вокруг себя. 2.Прыжки ч/з бруски 3.Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля его двумя руками. 4. Перебрасывание мяча в парах из-за головы.	1. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед, на месте. 2.Прокатывание обруча друг другу. 3.Пролезание в обруч прямо и боком.	1. Метание в вертикальную цель одной рукой. 2.Ползание по прямой; переползание ч/з скамейку; по гимн. скамейке на ладонях и ступнях. 3.Ходьба по гимн. скамейке, перешагивая ч/з предметы; приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки в сторону.	1.Лазанье на гимн. стенку произвольном способом. 2.Прыжки ч/з короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед; ч/з шнуры вправо и влево, продвигаясь вперед. 3.Ходьба по канату боком, руки на поясе; по прямой м/у набивными мячами, руки на пояс.	
Подвижные игры	«Медведь и пчелы» (см.стр.87*)	«Цветные автомобили» (см.стр.186***)	«Космонавты» (см.папку)	«Жуки» (см.стр.176***)	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений	«Щука» (см.стр.174***)	«Затейники» (см.стр.169***)	«Подкрадись не слышно» (см.стр.172***)	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАЙ (старшая группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	***Физическое развитие:***

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями прыжки в длину с разбега, ползание по скамейке, ходьба и бег между предметами и с поворотами; ходить по гимнастической скамейке различными способами, различные ползание. Отбивает мяч одной рукой;бросает мяч различными способами; самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры; проявляет активность при участии в подвижных играх.					учить прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку; формирование правильной осанки; проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах ЗОЖ. ***Социально-коммуникативное развитие:*** учить следить за чистотой сп. инвентаря; учить правилам использования сп.инвентаря. ***Речевое развитие:*** : обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания.
Вводная часть	Построение в колонну по одному, по двое; повороты вправо, влево; ходьба и бег между предметами; врассыпную между предметами; бег и ходьба с поворотом в другую сторону; бег по наклонной доске вверх и вниз на носках.				
ОРУ	Без предметов (см.стр.95*)	С флажками (см.стр.96*)	С мячом (см.стр.98*)	С обручем (см.стр.100*)	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимн. скамейке, перешагивая через набивные мячи лицом и боком, неа середине присесть. 2.Прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу, на двух ногах. 3.Отбивание мяча правой и левой рукой. 4.Броски мяча о стену одной рукой рас.2 м., ловля мяча 2 руками	1. Прыжки в длину с разбега. 2.Прыжки через длинную скакалку. 3.Ползание по прямой на ладонях и ступнях. 4.Передача мяча друг другу от груди. 5. Забрасывание мяча в корзину.	1. Броски мяча о пол одной рукой и ловля его 2 руками; вверх одной рукой и ловля его 2 руками. 2.Пролезание в обруч правым и левым боком в группировке; выполнение в парах. 3.Ходьба по гимн. скамейке приставным шагом, на середине присесть; с мешочком на голове. 4.Прыжки на левой и правой ноге между кеглями.	1.Ползание по гимн. скамейке на животе, хват рук с боку. 2.Прыжки на 2 ногах м/у предметами; на правой и левой ноге попеременно. 3.Ходьба с перешагиванием ч/з набивные мячи; ч/з бруски.	
Подвижные игры	«Мяч через сетку» (см.стр.159***)	«Пингвины» (см.стр.161***)	«Не попадись» (см.стр161***)	«Караси и щука» (см.стр.101*)	
Малоподвижные игры	«Оттолкни мяч» (см.стр.171***)	«Найди флажок» (см.стр.171***)	«Кто ушел» (см.стр.170***)	Ходьба в колонне по одному за самым ловким водящим	

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

СЕНТЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание непосредственной организованной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	***Физическое развитие:*** Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения; формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности; проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр. ***Социально-коммуникативное развитие:*** формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, перебрасывания мяча, проведении подвижной игры; убирать спортивный инвентарь при проведении физ.упр; переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности, её успешных результатов. ***Речевое развитие:*** поощрять речевую активность детей в процессе двиг.активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня
Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходьба и бег в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах, перебрасывают мяч друг другу 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их					
Вводная часть	Ходьба гимнастическим шагом, с перекатом с пятки на носок, в полуприседе; бег высоко поднимая колена, с прямыми ногами вперед, мелким и широким шагом.				
ОРУ	Без предметов (см.стр 8*)	С флажками (см.стр.11*)	С малым мячом (см.стр.14*)	С палками (см.стр.16*)	
Основные виды движений	1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 2. Прыжки на двух ногах на месте. 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу; из-за головы.	1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке;. 2. Перебрасывание мяча друг другу из положения сидя ноги скрестно; через сетку. 3.Подскоки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед. 4. Прыжки на двух ногах на месте.	1. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу; из-за головы; из положения сидя ноги скрестно; через сетку. 2. Ползание на четвереньках по гимна. скамейке. с мешочком на спине; проползание на животе под гимн.палкой, высота 30 см. 3. Прыжки на двух ногах на месте. 4. Подскоки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед.	1. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу; из-за головы; из положения сидя ноги скрестно. 2. Ползание на четвереньках по гимна. скамейке. с мешочком на спине 3. Прыжки на двух ногах на месте.	
Подвижные игры	«Чье звено скорее соберется» (см.стр.22**)	«Чье звено скорее соберется» «Хитрая лиса» (см.стр.24,25**)	«Хитрая лиса» (см.стр.25**)	«Веселые лягушки» «Хитрая лиса» (см.стр.26,27**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ОКТЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями ходьба, бег, ползание, бросание, прыжки. Самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одевается и раздевается; соблюдает порядок в своем шкафу; проявляет активность при участии в п/и, выражает положительные эмоции радость, удовольствие при выполнении упражнений и игр под музыку.					***Физическое развитие:*** воспитывать, сохранять правильную осанку; совершенствовать технику основных движений; проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (солнце, воздух, вода). ***Социально-коммуникативное развитие:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества ; обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн; учить следить за чистотой спортивного инвентаря ***Познавательное развитие:*** развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине. ***Художественно-эстетическое развитие:*** проводить игры и упражнения под музыку
Вводная часть	Ходьба в полуприседе, приставным шагом; бег мелким и широким шагом, спиной вперед.				
ОРУ	Без предметов (см.стр.19*)	С обручем (см.стр.22*)	На гим.скамейке (см.стр.23*)	С мячом (см.стр.26)	
Основные виды движений	1. Прыжки с зажатым между ног мешочком с песком. 2. Подскоки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед. 3.Перебрасывание мяча друг другу через сетку. 4. Проползание на животе под гимн.палкой, высота 30 см. 5. Бросание мяча вверх, об пол, его ловля 2 руками.	1. Подскоки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед. 2. Проползание на животе под гимн.палкой, высота 30 см. 3. Перебрасывание мяча друг другу через сетку. 4. Бросание мяча вверх, об пол, его ловля 2 руками. 5. Ползание на животе по скамейке, подтягиваясь руками. 6. Прыжки с зажатым между ног мешочком с песком.	1. Ползание на животе по скамейке, подтягиваясь руками. 2. Бросание мяча вверх, об пол, его ловля 2 руками. 3. Прыжки с зажатым между ног мешочком с песком. 4. Перебрасывание мяча друг другу через сетку. 5. Подскоки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед.	1. Подскоки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед. 2. Ползание на животе по скамейке, подтягиваясь руками. 3. Перебрасывание мяча друг другу через сетку.	
Подвижные игры	«Веселые лягушки» (см.стр.30**)	«Школа мяча» (см.стр.31**)	«Веселые лягушки» «Чье звено скорее соберется» (см.стр.32,33**)	«Сбор урожая» «Веселые лягушки» (см.стр.34**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

НОЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями прыжки с зажатым мешочком, ползание различными способами; броски,ходьбой различными способами. Самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры; проявляет активность при участии в подвижных играх.					***Физическое развитие:*** учить равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном инструктором темпе; закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе; рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. ***Развитие речи:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. ***Социально- коммуникативное развитие:*** формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, бега врассыпную; следить за опрятностью своей физкультурной формы, убирать физ. инвентарь и оборудование побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр ***Познавательное развитие:*** ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз).
Вводная часть	Ходьба приставным шагом, в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге; бег спиной вперед, в колонне по одному, по два.				
ОРУ	Без предметов (см.стр.29*)	С короткой скакалкой (см.стр.32*)	С кубиками (см.стр.34*)	Без предметов (см.стр.36*)	
Основные виды движений	1. Бросание мяча вверх, об пол, его ловля 2 руками. 2. Прыжки с зажатым между ног мешочком с песком. 3. Ползание на спине по гимн.скамейке; на животе, отталкиваясь ногами.	1. Прыжки с макс.вращением вокруг оси своего тела. 2. Бросание мяча вверх, об пол, его ловля 2 руками. 3. Ползание на спине по гимн.скамейке; на животе, отталкиваясь ногами.	1. Ползание на спине по гимн.скамейке 2. росание мяча вверх, об пол, его ловля 2 руками. 3. Прыжки с зажатым между ног мешочком с песком; с макс. вращением вокруг оси своего тела.	1. Прыжки с зажатым между ног мешочком с песком. 2. Бросание мяча вверх, об пол, его ловля 2 руками с хлопком и продвижением вперед. 3. Ползание на спине по гимн.скамейке, в чередовании с ползанием на четвереньках по гимн. скмейке с мешочком на спине.	
Подвижные игры	«Веселые лягушки» «Сбор урожая» (см.стр.37,38**)	«Школа мяча» «Хитрая лиса» (см.стр.38,39**)	«Сбор урожая» «Хитрая лиса» (см.стр.39,40**)	«Школа мяча» «Хитрая лиса» (см.стр.41**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЕКАБРЬ (подготовительная группа)

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений и самостоятельно их выполняет; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков через предметы; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям.					***Физической развитие:*** добиваться активного движения кисти руки при броске; развивать силу и ловкость; рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание ***Социально-коммуникативное развитие:*** формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками; учить технике безопасного выполнения прыжков через предметы; убирать физкультурный инвентарь и оборудование ***Речевое развитие:*** обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.
Вводная часть	Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, с мешочком на голове; бег сохраняя равновесие на одной ноге после остановки, непрерывный в течении 2-3 мин.в медленном темпе.				
ОРУ	В парах (см.стр.39*)	Без предметов (см.стр.41*)	С малым мячом (см.стр.44*)	Без предметов (см.стр.46*)	
Основные виды движений	1. Прыжки на 2 ногах ч/з набивные мячи. 2. Пролезание в обруч различными способами. 3. Бросание мяча вверх, об пол, его ловля 2 руками. 4. Броски мяча в парах снизу, из-за головы, от груди.	1. Бросание мяча о стенку и ловля его 2 руками с хлопком. 2. Пролезание в обруч различными способами. 3. Прыжки на 2 ногах ч/з набивные мячи; на одной ноге поочередно через канат вперед и назад, вправо и влево.. 4. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.	1. Бросание мяча вверх, об пол, его ловля 2 руками с хлопками, поворотами, встречными перебежками. 2. Подлезание под гимн. палку разными способами. 3. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. 4. Прыжки на одной ноге поочередно через канат вперед и назад, вправо и влево.	1. Бросание мяча вверх, об пол, его ловля 2 руками с хлопками, поворотами. 2. Прыжки на 2 ногах ч/з набивные мячи. 3. Пролезание в обруч различными способами в чередовании с проползанием по гимн. скамейке на спине.	
Подвижные игры	«Перебежки» (см.стр.44**)	«Перебежки» (см.стр.46**)	«Два Мороза» (см.стр.47**)	«Перебежки» (см.стр.49**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ЯНВАРЬ (подготовительная группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	***Физическое развитие:*** развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость; рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности. ***Речевое развитие:*** обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. ***Социально-коммуникативное развитие :*** учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр; формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. ***Познавательное развитие:*** формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями; самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры; проявляет активность при участии в подвижных играх.					
Вводная часть	Ходьба с мешочком на голове, по гимн.скамейке с приседание на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку от скамейки; бег сохраняя равновесие на одной ноге после остановке, с преодолением препятствий.				
ОРУ	С палкой (см.стр.48*)	С кубиком (см.стр.51*)	С малым мячом (см.стр.54*)	Со скакалкой (см.стр.56*)	
Основные виды движений	1. Прыжки на одной ноге поочередно через канат вперед и назад, вправо и влево; вверх из глубокого приседа. 2. Подлезание под гимн. палку различны-ми способами не касаясь руками пола. 3. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.	1. Подлезание под гимн. палку различны-ми способами в чередовании с лазанием по гимн. стенке. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. 3. Прыжки на одной ноге поочередно через канат вперед и назад, вправо и влево; вверх из глубокого приседа. 4. Перелезание ч/з гимн. скамейку разными способами.	1. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. 2. Прыжки на одной ноге поочередно через канат вперед и назад, вправо и влево; вверх из глубокого приседа. 3. Перелезание ч/з гимн. скамейку разными способами в чередовании с проползанием по гим. скамейке на спине.	1. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. 2. Прыжки на одной ноге поочередно через канат вперед и назад, вправо и влево. 3. Перелезание ч/з гимн. скамейку разными способами.	
Подвижные игры	«Снежная карусель» (см.стр.52**)	«Два Мороза» «Снежная карусель» (см.стр.53,54**)	«Кто самый меткий» (см.стр.55**)	«Два Мороза» «Снежная карусель» (см.стр.56,57**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ФЕВРАЛЬ (подготовительная группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями. Знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности ; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.					***Физическое развитие:*** учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие в высоту с разбега; продолжать упражнять в статич. и динам. равновесии; рассказывать о пользе закаливания. ***Развитие речи:*** обсуждать пользу закаливания, пощрять речевую активность. ***Социально-коммуникативное развитие:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, при лазании по гимнастической стенке; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр; побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр. ***Познавательное развитие:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз
Вводная часть	Ходьба с подниманием прямой ноги с хлопком под ней, по гимн.скамейке с приседание на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку от скамейки, с мешочком на голове; бег с преодолением препятствий, челночный				
ОРУ	С обручем (см.стр.58*)	С гимнастической палкой (см.стр.60*)	Без предметов (см.стр.62*)	С мячом (см.стр.64*)	
Основные виды движений	1. Лазание по гимн. стенке с изменением темпа. 2. Прыжки вверх из глубокого приседа. 3. Ведение мяча в разных направлениях. 4. Перелезание ч/з гимн. скамейку разными способами. 5.Бросание мяча о землю и его ловля 2 руками с продвижением вперед.	1. Лазание по гимн. стенке с изменением темпа. 2. Ведение мяча в разных направлениях. 3. Перелезание ч/з гимн. скамейку разными способами. 4. Прыжки на мягкое покрытие с разбега.	1. Лазание по гимн. стенке с изменением темпа. 2. Прыжки вверх из глубокого приседа; на мягкое покрытие с разбега.. 3. Ведение мяча с продвижением вперед, огибая предметы змейкой.	1. Прыжки вверх из глубокого приседа. 2. Лазание по гимн. стенке с изменением темпа. 3. Ведение мяча в разных направлениях в чередовании с перебрасыванием мячей друг другу произвольным способом в движении.	
Подвижные игры	«Веселые соревнования» (см.стр.50**)	«Веселые соревнования» «Перебежки» (см.стр.61**)	«Два Мороза» «Кто самый меткий» (см.стр.62,63**)	«Веселые соревнования» (см.стр.63**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

МАРТ (подготовительная группа)

Содержание непосредственной организационной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.					***Физическое развитие*** продолжать упражнять в динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве; рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. ***Социально-коммуникативное развитие:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, прыжков через скакалку; учить правильно, подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр ***Речевое развитие:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. ***Познавательное развитие:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз
Вводная часть	Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой посередине и перешагивая через предметы, с поворотом; бег со средней скоростью в чередовании с ходьбой, с мячом, со скакалкой, по доске, бревну..				
ОРУ	С малыми мячами (см.стр.71*)	С флажками (см.стр.73*)	С палкой (см.стр.75*)	Без предметов (см.стр.78*)	
Основные виды движений	1. Ползание на четвереньках с прокатыванием набивного мяча головой. 2. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 3. Метание мяча на дальность левой и правой рукой.	1. Ползание на четвереньках с прокатыванием набивного мяча головой. под гимн.палкой; между предметами. 2. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед; в длину с места, с разбега. 3. Метание мяча на дальность левой и правой рукой; в движущуюся цель.	1. Прыжки в длину с места, с разбега; через короткую скакалку, вращая ее вперед. 2. Метание в движущуюся цель; мяча на дальность левой и правой рукой. 3. Ползание по гимн. скамейке на четвереньках с мешочком на спине. .	1. Метание мяча на дальность левой и правой рукой. 2. Ползание на четвереньках с прокатыванием набивного мяча головой. 3. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед.	
Подвижные игры	«Пустое место» «Караси и щука» (см.стр.67*)	«Пустое место» «Караси и щука» (см.стр.68,69**)	«Веселый бубен» (см.стр.69**)	««Веселый бубен» (см.стр.71**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 40 сек.	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

АПРЕЛЬ (подготовительная группа)

Содержание непосредственной образовательной деятельности					**Интеграция образовательных областей**
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	***Физическое развитие:*** продолжать упражнять в динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве; рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. ***Социально-коммуникативное развитие:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, при различных прыжках; учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз ***Речевое развитие:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. ***Познавательное развитие:*** учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями; знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.					
Вводная часть	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом, по узкой рейке гимн. скамейки, по канату боком и прямо; бег в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа, со скакалкой, с мячом, по доске, бревну.				
ОРУ	С малым мячом (см.стр.80*)	С обручем (см.стр.82*)	Без предметов (см.стр.84*)	На гимнаст.скамейке (см.мтр.86*)	
Основные виды движений	1. Ползание по гимн. скамейке на четвереньках с мешочком на спине. 2. Прыжки с высоты, с места в длину, с разбега. 3. Метание в движущуюся цель; из разных и.п.стоя, стоя на коленях, сидя.	1. Прыжки с высоты, с места в длину, с разбега. 2. Метание в гор. и вер. цель из разных и.п. 3. Ползание по гимн. скамейке на четвереньках с мешочком на спине. 4. Лазанье по гимн. стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног.	1. Прыжки с высоты, с места в длину, с разбега. 2. Лазанье по гимн. стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног. 3. Метание в гор. и вер. цель из разных и.п.; в движущуюся цель	1. Лазанье по гимн. стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног. 2. Прыжки с места в длину, с разбега. 3. Метание в движущуюся цель.	
Подвижные игры	«Веселый бубен» «Охотники и утки» (см.стр.74,74**)	«Охотники и утки» «Ловишки» (см.стр.76**)	«Охотники и утки» «Ловишки» (см.стр.77,78**)	«Посадка картофеля» «Охотники и утки» (см.стр.78,79**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 45 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 45 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 45 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 45 сек.	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

МАЙ (подготовительная группа)

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы / Этапы занятия	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры					***Физическое развитие:*** развивать силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость; формировать потребность в ежедневной двигательной активности; рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. ***Социально-коммуникативное развитие:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр ***Развитие речевое:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. ***Познавательное развитие:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз
Вводная часть	Ходьба по узкой рейке гимн. скамейки, по канату боком и прямо, кружение с закрытыми глазами; бег в чередовании с ходьбой, прыжками, изменением темпа, на скорость 20-30 м.				
ОРУ	С обручем (см.стр.88*)	С мячом (см.стр.90*)	Без предметов (см.стр.91*)	С палками (см.стр.94*)	
Основные виды движений	1. Лазанье по гимн. стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног. 2. Прыжки с высоты 3. Метание в гор. и вер. цель из разных и.п.	1. Метание в гор. и вер. цель 2. Прыжки через длинную скакалку. 3. Лазанье по гимн. стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног.	1. Прыжки через длинную скакалку; с высоты. 2. Лазанье по гимн. стенке с перелезанием с пролета на пролет по диагонали. 3. Метание в гор. и вер. цель из разных и.п.	1. Прыжки с высоты. 2. Лазанье по гимн. стенке с перелезанием с пролета на пролет по диагонали. 3. Метание в гор. и вер. цель из разных и.п.	
Подвижные игры	«Посадка картофеля» «Веселый бубен» (см.стр.82**)	«Посадка картофеля» (см.стр.83**)	«Посадка картофеля» «Охотники и утки» (см.стр.84,85**)	«Посадка картофеля» «Ловишки» (см.стр.85,86**)	
Малоподвижные игры	Ходьба с дыхательными упражнениями 45 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 45 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 45 сек.	Ходьба с дыхательными упражнениями 45 сек.	