

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад №12 «Золотой ключик»

Рассмотрено на заседании педагогического совета №1 МБДОУ № 12 «Золотой ключик» от «31» августа 2017г.



«Утверждаю» приказом
по МБДОУ Детский сад № 12
«Золотой ключик» от
№ 176 от 01.09.2017

Л.Н.Рассохащкая

Рабочая образовательная программа

**по физической культуре
для детей 3 –7 лет
на 2017-2018 учебный год**

Составитель:

инструктор по физической культуре
Молочкова Р.Р.

г. Салехард, 2017 год

Оглавление

Введение	
	I. Целевой раздел
1. Пояснительная записка	3
1.1. Цели и задачи реализации Программы	3
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы	3
1.1.3. Характеристики особенностей развития детей	4
1.1.4. Планируемые результаты освоения Программы	10
	II. Содержательный раздел
2. Описание образовательной деятельности	14
2.1. Разнообразные виды деятельности	14
2.4. Система профилактической работы по оздоровлению дошкольников	15
	III. Организационный раздел
3.1. Режим двигательной активности	17
3.4. Учебный план	18
3.5. Расписание непосредственно-образовательной деятельности	19
3.6. План взаимодействия с педагогами ДОУ	19
3.7. План взаимодействия с родителями воспитанников ДОУ	21
3.8. Спортивные праздники и досуги	23
3.9. Календарно-тематическое планирование	23
Библиографический список	

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цели Программы - формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни

Задачи Программы:

1. Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
2. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
4. Культурно – досуговая деятельность.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Принципы Программы:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- соответствует культурно-историческим, деятельностным и личностным подходам к проблеме развития детей дошкольного возраста;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- обеспечивает триединство воспитательных, обучающих и развивающих задач воспитательно-образовательного процесса, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников;
- строится на адекватных возрасту видах деятельности и формах работы с детьми (основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра);
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса, принципах целостности и интеграции дошкольного образования;
- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного;
- учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;
- направлена на взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития ребенка, создания равных условий образования детей дошкольного возраста независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности.

Важным фактором, оказывающим разностороннее влияние на укрепление детского организма, является физическая культура.

Использование разнообразных принципов способствует эффективному решению образовательных и оздоровительных задач в работе с детьми. Все принципы физического воспитания осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность физического воспитания и обеспечивают

связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.

Особенности осуществления образовательного процесса

Климатические условия:

Немаловажное значение имеют климатические условия ЯНАО. По климатическим условиям ЯНАО приравнен к Крайнему Северу. Климат резко континентальный: суровая долгая зима и короткое прохладное лето.

Среднемесячная температура января составляет -22 градуса, июля +17. Температура воздуха может резко меняться в течение суток. Зима длится около 7 месяцев в году – со второй половины октября до середины апреля. Все это учитывается при планировании образовательного процесса, проведении прогулок. В образовательный процесс включены мероприятия, направленные на оздоровление детей и предупреждение утомляемости.

В режим дня каждой возрастной группы ежедневно включены бодрящая гимнастика, упражнения для профилактики плоскостопия, упражнения для расслабления позвоночника и коррекции осанки, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз.

В холодное время года (при благоприятных погодных условиях) физкультурная деятельность проводится на открытом воздухе. В теплое время года – жизнедеятельность детей, преимущественно, организуется на свежем воздухе.

При неблагоприятных погодных условиях (активированных днях) предусмотрен график двигательной активности для всех возрастных групп в музыкальном и спортивном залах.

1.1.3. Характеристики особенностей развития детей

Особенности возраста детей 4-го года жизни (от 3 до 4 лет)

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Младшие дошкольники способны под руководством взрослого вылепить простые предметы.

Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации.

Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу. - В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования предэталонов — индивидуальных единиц восприятия — переходят к сенсорным эталонам — культурно-выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса — и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3-4 слова и 5-6 названий предметов. К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться, во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Особенности возраста детей 5-го года жизни (от 4 до 5 лет)

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т.д.

Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5-6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т.д.

Начинает развиваться образное мышление. Дети оказываются способными использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Для детей этого возраста особенно характерны известные феномены Ж. Пиаже: сохранение количества, объема и величины. Например, если им предъявить три черных кружка из бумаги и семь белых кружков из бумаги и спросить: «Каких кружков больше — черных или белых?», большинство ответят, что белых больше. Но если спросить: «Каких больше — белых или бумажных?», ответ будет таким же — больше белых.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие,

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы.

Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении со взрослым становится внеситуативной.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствованием восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками, дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

Особенности возраста детей 6-го года жизни (от 5 до 6 лет)

Дети шестого года жизни уже могут распределять **роли** до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» — зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства. Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематические изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют разные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки.

Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности.

Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: от природного материала к художественному образу (в этом случае ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); от художественного образа к природному материалу (в этом случае ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие, и т.д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объекта в результате различных воздействий, представления о развитии. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесного и логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения

классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т.д.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни.

Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.

Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

Особенности возраста детей 7-го года жизни (от 6 до 7 лет)

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т. д.

Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Так, ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупатель-шофер и т. п.. Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Например, исполняя роль водителя автобуса, ребенок командует пассажирами и подчиняется инспектору ГИБДД. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия и т.п. Девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т.д. Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т.д.

Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями.

При правильном педагогическом подходе у детей формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности.

Дети подготовительной к школе группы в значительной степени освоили конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки.

Дети быстро и правильно подбирают необходимый материал. Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям.

В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям — он важен для углубления их пространственных представлений.

Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Это легко проверить, предложив детям воспроизвести на листе бумаги образец, на котором нарисованы девять точек, расположенных не на одной прямой. Как правило, дети не воспроизводят метрические отношения между точками: при наложении рисунков друг на друга точки детского рисунка не совпадают с точками образца.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д.

В результате правильно организованной образовательной работы дошкольников развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе

Планируемые результаты освоения Программы

При реализации Программы проводится оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

Участие ребенка в педагогической диагностике (мониторинге) допускается только с согласия его родителей (законных представителей). Результаты педагогической диагностики могут использоваться для проведения квалифицированной коррекции развития детей.

Оценка индивидуального развития воспитанника МБДОУ (педагогическая диагностика) осуществляется в течение времени пребывания ребенка в МБДОУ (исключая время, отведенное на сон).

Оценка индивидуального развития (педагогическая диагностика) воспитанника осуществляется через наблюдение, беседы, продукты детской деятельности, специальные диагностические ситуации, организуемые воспитателями и специалистами МБДОУ 1 раз в год – в конце учебного года (апрель).

Результаты освоения Программы выражаются в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Методологическая основа оценки индивидуального развития воспитанника МБДОУ оценивается по 5 областям:

- социально коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие
- художественно – эстетическое развитие;
- физическое развитие

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе:

- коммуникации со сверстниками и взрослыми (как меняются способы установления и поддержания контакта, принятия совместных решений, разрешения конфликтов, лидерства и пр.);
- игровой деятельности;
- познавательной деятельности (как идет развитие детских способностей, познавательной активности);
- проектной деятельности (как идет развитие детской инициативности, ответственности и автономии, как развивается умение планировать и организовывать свою деятельность);

- художественной деятельности;
- физического развития.

В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

Обеспечивается при помощи следующих методик:

- Как сформировать правильную осанку. А.А. Потапчук, 2009.
- Дулин А.Л. Конспекты физкультурных занятий для детей, Ижевск, 1991.
- Попова М.Н. Двигательно-игровое пространство в группе детского сада, СПб.: 2002
- Луконина Н., Л.Чадова. Физкультурные праздники в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2003
- Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет/ Е.И. Подольская., 2009
- Железняк Н.Ч., Е.Ф. Желобкович. 100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием нестандартного оборудования. М.: 2009
- Технология эмоционального сближения взрослого и ребёнка в процессе взаимодействия на физкультурных занятиях в ДОУ.
- Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.

Автор	Название	Издательство
Т.В. Большева.	Планирование основных движений на физкультурных занятиях по программе «Детство».	Омск.
Е.А. Синкевич,	Физкультура для малышей: Методическое пособие для воспитателя.	СПб.: «Детство – Пресс».
Л.Д. Глазырина.	Физическая культура – дошкольникам. Младший возраст: Пособие для педагогов дошкольных учреждений	М.: Владос.
Л.Д. Глазырина.	Физическая культура – дошкольникам. Средний возраст: Пособие для педагогов дошкольных учреждений.	М.: Владос.
Л.Д. Глазырина.	Физическая культура – дошкольникам. Старший возраст: Пособие для педагогов дошкольных учреждений.	М.: Владос.
М.А. Рунова	Движение день за днем	М: ООО «Линка-пресс»
М.А. Рунова	Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет	М. «Просвещение»
Л.Н. Савичева	Физкультура - это радость	СПб.: «Детство – Пресс».
Е.В. Сулим	Зимние занятия по физкультуре с детьми 5-7 лет	Москва Творческий центр «Сфера»
З.А. Михайлова	План – программа образовательно-воспитательной работы в детском саду»	СПб.: «Детство – Пресс».

Результаты оценки индивидуального развития воспитанника МБДОУ предоставляется специалистам МБДОУ, методисту, заместителю заведующего по ВМР. В конце учебного года проводится сравнительный анализ результативности образовательного процесса, на основе которого определяется планирование педагогической деятельности на следующий учебный год.

Оценка индивидуального развития воспитанника МБДОУ воспитателями и специалистами МБДОУ определяется следующим образом:

- Оценка:
 - 4 балла – высокий;
 - 3 балла – соответствует возрасту;
 - 2 балла – отдельные компоненты не развиты;
 - 1 балла – большинство компонентов недостаточно развиты.

- Балловый диапазон:
 - От 3, 5 до 4 баллов – деятельность на оптимальном уровне;
 - От 2, 4 до 3, 4 баллов – деятельность на высоком уровне;
 - От 1, 3 до 2, 3 – деятельность на среднем уровне;
 - Ниже 1, 2 балла – деятельность низкого уровня

Целевые ориентиры

- не подлежат непосредственной оценке;
- не являются непосредственным основанием оценки как итогового, так и промежуточного уровня развития детей;
- не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей;
- не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- не являются непосредственным основанием при оценке качества образования.
- не могут служить непосредственным основанием при решении управленческих задач, включая:
 - аттестацию педагогических кадров;
 - оценку качества образования;
 - оценку как итогового, так и промежуточного уровня развития детей, в том числе в рамках мониторинга (в том числе в форме тестирования, с использованием методов, основанных на наблюдении, или иных методов измерения результативности детей);
 - оценку выполнения муниципального (государственного) задания посредством их включения в показатели качества выполнения задания;
 - распределение фонда стимулирующих выплат.

Целевые ориентиры выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание работы инструктора по физической культуре

Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе образовательной деятельности по физической культуре.

В каждом возрастном периоде физкультурные занятия имеют разную направленность:

малышам они должны доставлять удовольствие, научат их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, в дошкольном возрасте сформировать потребность в движении, развить двигательные способности и самостоятельность, развить физические качества (скорость, выносливость, силу).

Занятия проводятся 3 раза в неделю, включая 1 занятие на воздухе.

Продолжительность физкультурного занятия:

- Младшая группа – 15 минут
- Средняя группа – 20 минут
- Старшая группа – 20 - 25 минут
- Подготовительная к школе группа – 30 минут
- Физкультурные досуги (проводятся 1-2 раза в месяц);
- Спортивные праздники (проводятся 2-3 раза в год);

Физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребёнка, биологическому портрету и группе здоровья, предусмотрено сочетание двигательной активности с закалывающими процедурами, включение в комплекс физического воспитания классических оздоровительных техник в игровой форме (релаксации, дыхательной и пальчиковой гимнастики, оздоровительной аэробики, игрового массажа, гимнастики для глаз), проведение циклических движений для повышения выносливости (медленный бег, продолжительная ходьба).

В структуре организованной образовательной деятельности выделяются:

Вводная часть, которая направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объёму и значимости), включающая в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть, в ходе которой выравнивается функциональное состояние организма детей. В ней дети выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре. Причём, в каждом возрастном периоде непосредственно образовательная деятельность имеют разную направленность:

- Маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приёмам элементарной страховки.

- В среднем возрасте – развить физические качества (прежде всего выносливость и силу).

- В старших группах – сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.

2.2. Разнообразные виды деятельности

Образовательная деятельность при проведении режимных моментов:

физическое развитие: комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна, контрастные ножные ванны), утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры во второй половине дня.

Самостоятельная деятельность детей:

физическое развитие: самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.).

Организованная образовательная деятельность

- образовательная деятельность: игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования).
- образовательная деятельность, состоящая из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности; контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек.
 - подвижные игры.
 - физкультминутки; динамические паузы, игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок.
 - ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений.
 - спортивные игры и упражнения.
 - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья.
 - игровые беседы с элементами движений.
 - закаливающие процедуры.
 - чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций.
 - двигательная активность в течение дня.
 - тренировки в основных видах движений.
 - соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.
 - различные виды образовательной деятельности (использование тренажеров и спортивных комплексов, и другие).

Педагогами детского сада разработан комплексно – тематический план, в соответствии которого строится вся педагогическая работа. Этому плану придерживается и инструктор по физическому развитию детей, один раз в месяц организуются спортивные мероприятия, подчиненные данной тематике.

2.3. Система профилактической работы по оздоровлению дошкольников

Профилактика

- Комплексы по профилактике плоскостопия.
- Комплексы по профилактике нарушений осанки
- Ходжение по коврику с шипами, по ребристой доске, кочкам с шипами, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия
- Оптимальный двигательный режим.

При работе используются следующие методы и приемы обучения:

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);
- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);
- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.
- слушание музыкальных произведений;
- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

III. Организационный раздел

3.1. Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	б) на улице	1 раз в неделю 15-20	1 раз в неделю 20-25	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)			1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 25-30	1 раз в месяц 40
	б) физкультурный праздник	-	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день (неделя) здоровья	1 раз в квартал (в год)	1 раз в квартал (в год)	1 раз в квартал (в год)	1 раз в квартал (в год)
Самостоятельная двигательная активность	а) самостоятельное использование физкультурно-спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

3.2. Учебный план

№	Вид деятельности	Вторая младшая группа №1		Вторая младшая группа № 2		Средняя группа № 1		Средняя группа № 2		Старшая группа		Подготовительная группа № 1		Подготовительная группа № 2		Подготовительная группа № 3,	
		Кол-во занятий	Время, отведенное на реализацию раздела неделю (мин.)	Кол-во занятий	Время, отведенное на реализацию раздела неделю (мин.)	Кол-во занятий	Время, отведенное на реализацию раздела неделю (мин.)	Кол-во занятий	Время, отведенное на реализацию раздела неделю (мин.)	Кол-во занятий	Время, отведенное на реализацию раздела неделю (мин.)	Кол-во занятий	Время, отведенное на реализацию раздела неделю (мин.)	Кол-во занятий	Время, отведенное на реализацию раздела неделю (мин.)	Кол-во занятий	Время, отведенное на реализацию раздела неделю (мин.)
1	<u>Физическое развитие</u>																
1.1.	<i>Физическая культура в зале</i>	2	30	2	30	2	40	2	40	2	50	2	60	2	60	2	60
1.2.	<i>Физическая культура на улице или занятия с региональным компонентом</i>	1	15	1	15	1	20	1	20	1	25	1	30	1	30	1	30
Итого: Кол-во занятий в соответствии с программой		3	45 мин.	3	45 мин.	3	60 мин.	3	60 мин.	3	75 мин.	3	90 мин.	3	90 мин.	3	90 мин.

3.3. Расписание непосредственно-образовательной деятельности

	Вторая младшая группа №1 «Цыплята»	Вторая младшая группа № 2 «Колокольчик»	Средняя группа № 1 «Дюймовочка»	Средняя группа № 2 «Полянка»	Старшая группа «Юнга»	Подготовительная группа № 1 «Северное сияние»	Подготовительная группа № 2 «Радуга»	Подготовительная группа № 3 «Оленёнок»
Понедельник	<u>УТРО</u> Физическая культура	<u>Физическая культура</u> (на улице)	<u>УТРО</u> Физическая культура	<u>УТРО</u> Физическая культура	<u>Физическая культура</u> (на улице)			
Вторник		<u>УТРО</u> Физическая культура		<u>УТРО</u> Физическая культура	<u>УТРО</u> Физическая культура	<u>ВЕЧЕР</u> Физическая культура	<u>Физическая культура</u> (на улице)	<u>Физическая культура</u> (на улице)
Среда	<u>Физическая культура</u> (на улице)		<u>Физическая культура</u> (на улице)			<u>УТРО</u> Физическая культура	<u>ВЕЧЕР</u> Физическая культура	<u>ВЕЧЕР</u> Физическая культура
Четверг		<u>УТРО</u> Физическая культура			<u>УТРО</u> Физическая культура			
Пятница	<u>УТРО</u> Физическая культура		<u>УТРО</u> Физическая культура	<u>Физическая культура</u> (на улице)		<u>Физическая культура</u> (на улице)	<u>ВЕЧЕР</u> Физическая культура	<u>ВЕЧЕР</u> Физическая культура

3.4. План взаимодействия с педагогами ДОУ

Цель: Создание единого направления в физическом воспитании дошкольников.

Задачи:

1. Отбор оптимальных методов и приемов работы с дошкольниками по физическому воспитанию.
2. Создание целостной структуры при организации физической культуры и формирование представлений о здоровом образе жизни.

Формы организации:

- Совместная подготовка к воспитательно-образовательной деятельности (воспитатели, специалисты).
- Совместная воспитательно-образовательная деятельность
- Консультации
- Коллективные просмотры
- Методические выставки
- Тренинги
- Практикумы

№	Месяц	Методическая работа и взаимодействие с педагогами
1	Сентябрь	1. Познакомить воспитателей с результатами диагностического обследования детей, выработать рекомендации по индивидуальной работе на учебный год. 2. Определить содержание индивидуального маршрута развития ребёнка по разделу «Физическое развитие» для воспитателей группы. 3. Подготовить рекомендации по содержанию физкультурно-оздоровительного центра с учётом результатов диагностики.
2	Октябрь	1. Внести изменения в содержание предметно-развивающей среды групп, дополнив необходимым физкультурным оборудованием на основании результатов диагностики 2. Провести консультацию для воспитателей «Рекомендации педагогам по проведению физкультурно-оздоровительной работы с учётом состояния здоровья»
3	Ноябрь	1. Провести индивидуальные беседы с воспитателями «Подготовка воспитателя к физкультурному занятию»
4	Декабрь	1. Провести индивидуальные консультации для воспитателей «Закрепление основных видов движений при проведении ритмической гимнастики». 2. Подобрать литературу по физическому воспитанию для воспитателей младших групп.
5	Январь	1. Работа с врачом. Составить план коррекционной работы с учётом диагностических данных по физическому развитию детей на второе полугодие.

		<p>2. Подготовить рекомендации по содержанию физкультурно-оздоровительного центра с учётом результатов диагностики во всех возрастных группах.</p> <p>3. Консультации с логопедом по составлению комплексов пальчиковой гимнастики.</p>
6	Февраль	<p>1. Совместно с музыкальным руководителем подобрать материал к развлечению «День защитника Отечества».</p> <p>2. Совместно с воспитателями групп подготовить развлечение «День защитника Отечества».</p> <p>3. Консультации с логопедом по составлению комплексов логоритмической гимнастики.</p>
7	Март	<p>1. Индивидуальные консультации для воспитателей по изготовлению нетрадиционного спортивного оборудования.</p> <p>Совместно с музыкальным руководителем подготовить музыкально-спортивное развлечение «Масленица!».</p> <p>Консультации с логопедом по проведению музыкально-ритмических игр.</p>
8	Апрель	<p>1. Индивидуальные консультации для воспитателей «Техника безопасности детей на физкультурном занятии».</p> <p>2. Совместно с музыкальным руководителем подготовить и провести музыкально-спортивное развлечение «День смеха».</p>
9	Май	<p>1. Педсовет по результатам диагностики.</p> <p>2. Познакомить воспитателей с результатами диагностического обследования детей, выработать рекомендации по индивидуальной работе на летний период.</p>
10	Июнь	<p>1. Совместно с музыкальным руководителем подготовить материал для проведения музыкально-спортивного праздника, посвящённого Дню Защиты детей.</p> <p>2. Подобрать материал для воспитателей для разучивания и чтения с детьми ко Дню Защиты детей .</p>
11	Июль	<p>1. Провести индивидуальные консультации для воспитателей «Закаляйся, если хочешь быть здоров».</p> <p>2. Подобрать материал для воспитателей о закаливании, о летнем отдыхе для наглядной агитации родителям.</p>
12	Август	<p>1. Подготовить рекомендации по оформлению и содержанию физкультурных центров к началу учебного года в соответствии с возрастом.</p>
13	Ежемесячно	<p>1. Провести индивидуальную работу с ведущими праздников и развлечений.</p> <p>2. Проводить консультации по содержанию и проведению физкультурных занятий, организовать совместную деятельность ребёнка и взрослого.</p> <p>3. Давать рекомендации по проведению индивидуальной работы с детьми.</p>

3.5. План взаимодействия с родителями воспитанников ДОУ

Цель: Оказание помощи семье в физкультурно-оздоровительном воспитании детей.

Задачи:

1. Повышать уровень культуры родителей, их компетентности в области здоровьесбережения, физическом воспитании ребенка.
2. Воспитывать у родителей ответственность за сохранение здоровья, воспитание и развитие своего ребенка.

Формы организации:

- Родительские собрания
- Лекции
- Консультации
- Беседы
- Семинары – практикумы. Тренинги
- Совместные занятия, праздники, развлечения

Предполагаемый результат:

Родители вовлечены в воспитательно-образовательный процесс по физическому воспитанию детей.

У родителей воспитанников повысился уровень компетентности в физическом воспитании и развитии дошкольников. В большинстве семей изменены установки в области здоровьесбережения по отношению к ребенку, скорректированы родительские позиции.

№	Месяц	Работа с родителями
1	Сентябрь	1. Формы работы по физическому воспитанию. Двигательная активность ребенка в режиме дня. 2. Выступления на родительских собраниях: «Организация физкультурных занятий в детском саду».
2	Октябрь	1. Провести индивидуальные беседы с родителями по результатам диагностики физической подготовленности детей, пути ее совершенствования.
3	Ноябрь	1. Провести индивидуальные консультации на тему «Особенности закаливания детей в детском саду и в домашних условиях»
4	Декабрь	1. Подготовить материал для наглядной агитации «Осанка вашего ребёнка» 2. Познакомить родителей с программными задачами и содержанием работы на квартал. 3. Провести индивидуальные консультации «Профилактика и коррекция плоскостопия»
5	Январь	1. Подготовить фотовыставку о спортивном празднике «Мы мороза не боимся» 2. Провести индивидуальные беседы по результатам диагностики физического

		развития дошкольников к середине учебного года. 3. Консультации «Играем вместе. Игры интересные и полезные дома».
6	Февраль	1. Организовать фотовыставку «Мы занимаемся физкультурой». 2. Привлечь родителей к подготовке и участию в развлечении «День защитника Отечества».
7	Март	1. Оформить фотовыставку о развлечении «Масленица!». 2. Консультации «Оздоровливающие игры для часто болеющих детей».
8	Апрель	Провести для родителей открытые занятия по профилактике плоскостопия и нарушения осанки.
9	Май	1.. Провести индивидуальные беседы по результатам диагностики физического развития дошкольников на конец учебного года 2. Принять участие в проведении групповых родительских собраний по результатам работы за год учебного года 3. Подготовить наглядную агитацию «Чем занять ребенка летом».
10	Июнь	1. Оформить фотовыставку о празднике, посвященном Дню Защиты детей. 2. Подобрать материал для наглядной агитации (ширма) о летнем отдыхе с детьми.
11	Июль	1. Оформить фотовыставку о празднике «Слева-лето, справа-лето, до чего ж приятно это». 2. Провести индивидуальные беседы о пользе водных, солнечных и воздушных процедур в летний период.
12	Август	1. Провести индивидуальные консультации для родителей «Исправляем осанку детей». 2. Провести индивидуальные беседы с родителями о необходимости приобретения спортивной формы детям.
13	Ежемесячно	1. Организовать фото и видео съёмку для оформления фоторепортажей, стенгазет, альбомов.

3.6. Спортивные праздники и досуги

Средняя группа	Старшие и подготовительные группы
Сентябрь - «Осень в гости к нам приходит»	Сентябрь - «Осенние приключения»
Октябрь - «Мореплаватели»	Октябрь – Квест- игра в горсаду
Ноябрь - «Путешествие в стану чудес»	Ноябрь - «Любимый мяч»
Декабрь - «Зимушка - зима»	Декабрь - «Зимние забавы»
Январь - Праздник «Зимняя сказка»	Январь - Неделя здоровья
Февраль - «Мы едем, едем, едем...»	Февраль -Спортивный праздник, посвященный Дню Отца «Мой папа – лучший друг»

Март - «Мой звонкий веселый мяч»	Март - «Веселые старты»
Апрель - «Космонавты»	Апрель - Спортивный досуг «Космонавты»
Май - «Поход»	Май - «Мы - футболисты»

3.7. Календарно-тематическое планирование

Одной теме следует уделять не менее одной недели. Оптимальный период – 2- 3 недели.

Недели	Тема
1-я - 2-я	День знаний
3-я - 4-я	Времена года осень
5-я - 6 -я	Осень (растительный мир)
7-я - 8-я	Семья
9-я - 10-я	Город в котором я живу
11-я - 12-я	Все профессии нужны
13-я - 14-я	Знакомство с народной культурой и традициями
15-я - 16-я	Времена года зима
17-я - 18-я	Новогодний праздник, Рождество
19-я - 20-я	Животный мир
21-я - 22-я	Я расту здоровым
23-я - 24-я	Одежда, обувь, головные уборы
25-я	День защитника Отечества
26-я	8 Марта – Международный женский день
27-я - 28-я	Времена года весна
29-я	Край северный, Ямальский. Моя страна
30-я	Моя страна Россия
31-я	Космос
32	Дом в котором я живу
33-я - 34-я	Основы безопасности жизнедеятельности
35-я	Этот День Победы
36-я	Времена года лето
37-я – 38 -я	Животный и растительный мир

Библиографический список

1. Аксенова З.Ф. Спортивные праздники в детском саду. – М., 2004.
2. Буцинская О.П., В.И. Васюкова, Г.П. Лескова. Общеразвивающие упражнения в детском саду. – М., 1990.
3. Гришков В.И. Детские подвижные игры. – Новосибирское книжное издательство, 1992.
4. Давыдов М.А. Спортивные мероприятия для дошкольников 4-7 лет. – М., 2007.
5. Лысова В.Я., Т.С. Яковлева, М.Б. Зацепина, О.И. Воробьева. Спортивные праздники и развлечения. Сценарии. Младший и средний дошкольный возраст. – М., 2001.
6. «Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И.Бабаевой, А.Г.Гогоберидзе, О.В.Солнцева разработанная в соответствии с ФГОС ДО.
7. Подольская Е.И. Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет. – Волгоград 2009.
8. Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет. – Волгоград 2011.
9. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет. – М., 1988.
10. Фролов В.Г., Г.П. Юрко. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста. – М., 1983.
11. Фисенко М.А. Физкультура. Первая и вторая младшие группы. Разработки занятий. – Волгоград: ИТД «Корифей»
12. Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. – М., 2001.

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые результаты: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены</p>					<p>Учить ходить и бегать всей группой в одном направлении за инструктором, бегать враспынную; упражнять в прыжках на двух ногах на месте, в ползании на четвереньках по прямой (с опорой на ладони и колени), в прокатывании мяча по скамейке от черты, придерживая его одной, двумя руками. Развивать внимание, движения, речь, умение ориентироваться в пространстве 4 тренировать носовое дыхание, смыкание губ. Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, всей группой, парами за инструктором, в прыжках на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой, в подлезании под шнур на четвереньках; учить сохранять равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площадке 4 знакомить с действиями с мячом (как держать мяч двумя руками, переносить его на другую сторону зала, прокатывать вперед, догонять и поднимать вверх, скатывать по наклонной доске)</p>
Вводная часть	Ходьба и бег небольшими группами в одном направлении за инструктором; бег враспынную. Ходьба и бег колонной по одному всей группой, парами за инструктором				
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячиком	С погремушками	
Основные виды движений	1. Ходить и бегать небольшими группами за инструктором. 2. Учить ходить между 2мя линиями, сохраняя равновесие.	1. Ходьба с высоким подниманием колен в прямом направлении за инструктором. 2. Подпрыгивать на 2х ногах на месте.	1. Ходьба по бревну приставным шагом 2. Учить энергично, отталкивать мяч 2мя руками.	1. Ходьба по рейке, положенной на пол 2. Подлезать под шнур. 3. Катание мяча друг другу	
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Догони меня»	«Поймай комара»	«Найди свой домик»	
Малоподвижные игры	«Мышки» Спокойная ходьба	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: обнаруживает способность к воплощению разнообразных образов; уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита мелкая и крупная моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены, проявляет любознательность, склонен наблюдать</p>					<p>Закреплять умение ходить и бегать по кругу вокруг кубиков с остановкой по сигналу; повторить упражнения в ходьбе и беге между двумя линиями; упражнять в прыжках на двух ногах вокруг предметов, в подлезании под дугу, в метании; учить перепрыгивать через шнур, расположенный на полу. упражнять в прыжках с продвижением вперед; закреплять умения катать мяч друг другу, стоя на коленях, учить ловить мяч от инструктора; развивать внимание.</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С султанчиками	С кубиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске с перешагиванием 2. Ползание на четвереньках между предметами 3. Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте	1. Во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; 2. Перепрыгивание через веревочки, приземляясь на полусогнутые ноги. 3. Упражнять в прокатывании мячей	1. Подлезать под шнур. 2. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади 3. Упражнять в прокатывании мячей.	1. Подлезание под шнур. 2. Ходьба по уменьшенной площади. 3. Катание мяча в ворота	
Подвижные игры	«Поезд»,	«Солнышко и дождик»	«У медведя во бору»	«Воробушки и кот»	
Малоподвижные игры	Звуковое упр. «Кто как кричит?»	Пальчиковая гимн. «Молоток»	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	Самомассаж «Ладони»	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

НОЯБРЬ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: обнаруживает способность к воплощению разнообразных образов; уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности в танцевальных движениях; хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены</p>					<p>Учить переходить с ходьбы на бег и наоборот по сигналу; упражнять в ходьбе в колонне по одному, в сохранении устойчивого равновесия, в ходьбе и беге по уменьшенной площади, в мягком приземлении при прыжках, в подлезании пол верёвку, в прокатывании мяча друг другу; развивать силу и глазомер; закреплять умение ловить и бросать мяч; учить подбрасывать мяч невысоко вверх и ловить его, отбивать мяч от пола; закреплять умение бросать мяч двумя руками из-за головы вдаль</p>
Вводная часть	Ходьба по кругу друг за другом с переходом на бег и наоборот; ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, полуприседе				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С обручем	С лентами	
Основные виды движений	1. Ходьба по уменьшенной площади; 2. Прыжки через веревочки, положенные в ряд 3. Ползание на четвереньках	1 Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги. 2. Прокатывание мяча через ворота 3. Ходьба по бревну приставным шагом	1 Ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его назад; 2. Ползать на четвереньках. 3. Прыжки вокруг предметов	1. Подлезать под дугу на четвереньках. 2. Ходьба по уменьшенной площади, с перешагиванием через кубики 3. Метание мяча в горизонтальную цель	
Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Автомобили»	«По ровненькой дорожке»	«Кот и мыши»	
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	«Пальчиковая гимн. «Моя семья»	«Найди, где спрятано»	«Где спрятался мышонок»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: обнаруживает способность к воплощению разнообразных образов; уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности в танцевальных движениях; хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены, склонен наблюдать.</p>					<p>Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, используя всю площадь зала, с остановкой по сигналу, в прокатывании мяча; закреплять умения ходить змейкой, прыгать с небольшой высоты; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске; развивать ловкость и глазомер.</p> <p>Учит построению парами и ходьбе в парах, пролезать в обруч на четвереньках; закреплять умения правильно координировать движения рук и ног, метать; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по доске, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед</p>
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу, врассыпную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с высоким подниманием колен, на внешней стороне стопы, змейкой, с выполнением заданий. Построение и ходьба парами по кругу не держась за руки, приставным шагом с продвижением вперед				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С султанчиками	С гантелями	
Основные виды движений	1 Ходьба по доске, положенной на пол 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Прокатывание мяча друг другу	1. Перебрасывание мячей через веревочку вдаль 2. Подлезать под шнур. 3. Ходьба с перешагиванием через 3 набивных мячей	1. Ползание по туннелю 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по веревочке, положенной на пол, змейкой	1.Ползание под дугой на четвереньках 2. Прыжки через набивные мячи 3. Прокатывание мяча друг другу, через ворота	
Подвижные игры	Наседка и цыплята	«Поезд»	«Птички и птенчики»	«Мыши и кот»,	
Малоподвижные игры	«Лошадки»	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические занятия
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Этапы занятия					Упражнять в ходьбе и беге враспынную, в ходьбе парами, с высоким подниманием бедра, в метании, лазании; закреплять умение детей прыгать в глубину; учить правильно приземляться (на обе ноги сразу, сгибая ноги в коленях, смотреть вперед при приземлении), перебрасывать мяч друг другу в парах
Планируемые целевые ориентиры:	уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет танцевальные способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены, проявляет любознательность, склонен наблюдать				
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, с высоким подниманием колен, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с приседанием, с выполнением заданий				Учить ходить переменным шагом через шнуры; упражнять в прыжках из обруча в обруч, в прокатывание мяча между предметами, в подлезании под дугу; развивать глазомер и ловкость
ОРУ	С мячом	С кубиками	С погремушками	С платочками	
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске (20см). 2. Прыжки на двух ногах через предметы (5см) 3. Метание малого мяча в цель	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Прыжки в длину с места	1. Лазание по гимнастической лесенке-стремянки. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, 3. Прокатывать мяч друг другу	1. Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой 2. Подлезать под шнур, не касаясь руками пола 3. Ходьба по доске по гимнастической скамейке	
Подвиж. игры	«Кролики»	«Трамвай»,	«Птички и птенчики»	«Мыши в кладовой»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Этапы занятия					Закреплять умения правильно координировать движения рр нн, сохранять равновесие при ходьбе по доске; упражнять в мягком приземлении при прыжках с продвижением вперед, в отбивании мяча о пол, в прокатывании мяча друг другу, стоя на коленях, в ползании под палку. Закреплять умение ходить с перешагиванием через набивные мячи; упражнять в прокатывании мяча по скамейке, в ползании на четвереньках
Планируемые целевые ориентиры:	уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет танцевальные способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены				
Вводная часть	Ходьба парами, на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	Без предметов	С гантелями	С обручем	С кубиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске 2. Прыжки с продвижением вперед. 3. Прокатывание мяча между кеглями	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки – мягкое приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	
Подвижные игры	«Кролики»	«Мой веселый, звонкий мяч»,	«Воробышки и автомобиль»	«Птички в гнездышках»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Лошадки»	Дыхательные упраж «Задует свечи»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет танцевальные способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены, проявляет любознательность</p>					<p>Учить ходить по шнуру, прыгать в длину с места, отбивать мяч об пол и ловить его двумя рр, после удара об стену, лазать по наклонной лесенке; упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную. Упражнять в ходьбе колонной по одному с разводом в противоположную сторону по сигналу инструктора, в прыжках в длину с места, в лазании по наклонной лестнице, в прокатывании и отбивании мячом кегли; учить ходить по шнуру, приставляя пятку одной ноги к носку другой</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонне по одному, с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора, с высоким подниманием колен, с приседанием; бег врассыпную, по кругу парами, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	С мячом среднего размера:	С мешочком	С ленточками	С флажками	
Основные виды движений	1 Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по канату боком 3. Ползание в туннеле 4. Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его	1. Ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	1. Ходьба по ограниченповерхности 2. Перебрасывание мяча через шнур 3. Лазание по гимн.стенке	1. Ходьба по канату приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Пролезание в обруч	
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Лохматый пес»	«Мыши в кладовой»	«Воробушки и автомобиль»	
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Пчелки»	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	Пальчиковая гимнастика «Семья»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет танцевальные способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены, проявляет любознательность</p>					<p>Упражнять в ходьбе и беге, в прыжках, метании, в лазании по наклонной лестнице; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Упражнять в ходьбе и беге друг за другом по кругу, враспынную в ползании по скамейке на четвереньках; закреплять умения бросать мяч вверх и ловить его, отбивать мяч о пол, мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; учить перебрасывать мяч через верёвку</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя, с приседанием				
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кубиками	С платочками	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.</p>	<p>1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки на мат приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами 4. Перебрасывание мяча друг другу</p>	<p>1. Ходьба по лестнице положенной на пол 2. Прокатывание мяча в ворота. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед</p>	
Подвижные игры	«Солнышко и дождик»	«Поймай комара»	«Светофор и автомобили»	«У медведя во бору»	
Малоподвижные игры	«Кто ушел»	«Найди комарика»	«Паращют» Дует, дует ветерок	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАЙ (МЛАДШАЯ ГРУППА)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет танцевальные способности, хорошо понимает устную речь и может выразить в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены, проявляет любознательность</p>					<p>Упражнять в ходьбе и беге парами с разводом в противоположную сторону, в подлезании под шнур, в перепрыгивании ч/з шнур; учить ходить и бегать со сменой ведущего; закреплять умения энергично катать мяч по полу, не отрывая от него рук. Бросать мяч от груди. Упражнять в ходьбе и беге враспынную с нахождением своего места, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре, в прыжках ч/з скакалку, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя рр, в отбивании мяча о пол, в подлезании под дугу; развивать ловкость; воспитывать смелость</p>
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед, бег со сменой ведущего, бег враспынную с нахождением своего места				
ОРУ	С султанчиками	С мячами	С палками	С обручем	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание малого мяча. 4. Ходьба по лесенке, положенной на пол	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (боком) руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прокатывание мяча в ворота	1 Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по наклонной доске 3. Ползание в туннеле 4. Метание мешочков вдаль	
Подвижные игры	«Светофор и автомобили»	«Мыши в кладовой»	«Поймай комара»	«У медведя во бору»	
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	«Релаксация» «В лесу»	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет танцевальные способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены</p>					<p>Упражнять в равновесии при выполнении прыжков в высоту до предмета, в лазании, бросании мяча вдаль двумя руками из-за головы, от груди, из разных положений; закреплять умения метать вдаль правой и левой рукой от плеча, катать обруч между предметами. Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его, в отбивании мяча о пол и ловле его двумя рр, в равновесии, в прыжках в длину с места, в подлезании под шнур; закреплять умения бросать мяч из-за головы и ловить его в парах</p>
Вводная часть	Ходьба на носочках, рр в стороны; на пятках, рр на поясе; с подниманием бедра, «муравьишки» (средние четвереньки на ладонях и коленях), ходьба «обезьянки» (высокие четвереньки), обычная ходьба, легкий бег, быстрый бег, ходьба с разведением носков врозь, с разведением пяток врозь				
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина – 10см). 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка</p>	<p>1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3. Повтор подпрыгивания. 4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу</p>	<p>1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями</p>	<p>1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах</p>	
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик»	«Подарки»	
Малоподвижные игры	«Гуси идут купаться». Ходьба в колонне	«Карлики и великаны»	«Повторяй за мной». Ходьба с положением	«Пойдём в гости»	

	по одному		рук: за спиной, в стороны, за головой	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: способен воплощать различные образы; уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет танцевальные способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать</p>					<p>Упражнять в равновесии, в прыжках в высоту, в прыжках из обруча в обруч, катание мяча перед собой двумя рр по полу; закреплять умение прокатывать мяч м/у двумя линиями, подлезать под верёвку, не касаясь рр пола; учить перебрасывать мяч друг другу по кругу из-за головы, бросать мяч от головы ч/з сетку. Учить отбивать мяч о пол одной рр, бросать из-за головы ч/з сетку; упражнять в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице, в прыжках боком с продвижением вперёд ч/з верёвку</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, на пятках, спиной вперёд, наружных сторонах стоп, с приседанием, рр на поясе, «обезьянки» с перешагиванием ч/з предметы, обычная; легкий бег, быстрый бег, бег враспынную; дыхательные упражнения				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах до предмета.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях.</p> <p>3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой</p>	<p>1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.</p> <p>2. Подлезание под дуги.</p> <p>3. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кубики.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии</p>	<p>1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Прокатывание мяча по дорожке.</p> <p>3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики.</p> <p>4. Игровое задание «Кто быстрее» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед, фронтально)</p>	
Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Совушка», «Огуречик»	«Мы – весёлые ребята», «Карусель»	
Малоподвижные игры	«Мыши за котом». Ходьба в колонне за	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне	

	«КОТОМ» как «МЫШИ», чередование с обычной ходьбой			по одному	
--	---	--	--	-----------	--

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые задачи: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать</p>					<p>Упражнять в равновесии, лазании по гимнастич. лестнице, закреплять умение спрыгивать с высоты 20-25 см, прыгать в высоту до предмета, катать мяч друг другу, развивать мелкие мышцы рр.</p> <p>Учить бросать мяч двумя рр от груди, из-за головы в баскетбольное кольцо, ползать на животе по полу; упражнять в мягком приземлении при спрыгивании с кубов, в перешагивании с предмета на предмет, в ходьбе по наклонной доске</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, пр. и левым боком, с разведением пяток врозь, змейкой, обычная ходьба; легкий бег, быстрый бег; дыхательные упражнения: на усиленное звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание-выдох, ходьба и бег с различными заданиями, спиной вперед, с остановкой для выполнения дыхат.упр				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	
Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м). 3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры. 4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2м) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски. 5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Игра «Переправься через болото». <p>Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю»</p>	

		до кубика (расстояние 3м)	в одну линию		
Подвижные игры	«Самолёты», «Быстрее к своему флажку»	«Цветные автомобили»	«Лиса в курятнике»	«У ребят порядок...»	
Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в руках	«Найдём цыплёнка», «Найди, где спрятано»	«Альпинисты». Ходьба вверх и вниз («в гору и с горы»)	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Этапы занятия					Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места, в ползании по скамейке на животе; закреплять умения бросать мяч из-за головы через сетку, скатывать мяч по наклонной доске с попаданием в предмет; упражнять в метании, в ползании на четвереньках; развивать координацию движения, мелкие мышцы руки
Планируемые целевые задачи:	способен к воплощению различных образов; уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать				
Вводная часть	Ходьба на носках, pp на поясе, на пятках, на наружных сторонах стоп, правым и левым боком, «обезьянки», спиной вперёд; в полуприседе; ходьба и бег парами в колонне; обычная ходьба; легкий бег; прыжки вперед на двух нн, бег враспынную, с остановкой по сигналу инструктора				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.	1. Ходьба по гимнастич. скамейке (на середине сделать поворот кругом). 2. Перепрыг. через кубики на двух ногах. 3. Ходьба с перешагиван. через рейки лестницы высотой 25см от пола. 4. Перебрасывание мяча	

			4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу). 5. Спрыгивание с гимнастической скамейки	
Подвижные игры	«Трамвай», «Карусели»	«Поезд»	«Птичка в гнезде», «Птенчики»	«Котята и щенята»	
Малоподвижные игры	«Катаемся на лыжах». Ходьба в колонне по одному с выполнением дыхательных упражнений	«Тише, мыши...». Ходьба обычным шагом и на носках с задержкой дыхания	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному	«Не боюсь»	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ЯНВАРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые задачи: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать</p>					<p>Упражнять в равновесии; закреплять умения прыгать на двух нн ч/з предметы, спрыгивать со скамейки, ползать по наклонной доске (вверх-вниз) на четвереньках, отбивать мяч одной рукой о пол, метать в горизонтальную цель правой и левой рукой. Упражнять в метании, в равновесии, в прыжках ч/з обручи, в прыжках со скамейки, в подлезании под верёвкой прямо и боком</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, пр вверх, на пятках, правым и левым боком, «муравьишки», «обезьянки», с разведением носков врозь, с выполнением упр на дыхание по методу Бутейко, легкий бег, быстрый бег ходьба в полуприседе, прыжки на двух нн, бег спиной вперёд				
ОРУ	С мячом	С веревкой	С обручем	Без предметов	
Основные виды движений	1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4–5 раз), ловля двумя руками. 2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно. 3. Ходьба на носках между	1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза). 3. Прыжки на двух ногах	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени. 3. Ходьба по гимнастической скамейке,	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть. 2. Перешагивание через кубики.	

	кеглями, поставленными в один ряд. 4. Перебрасывание мячей друг другу (руки вниз)	вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза)	на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»	3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см от пола). 4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки вниз)	
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолёты»	«Цветные автомобили»	«Котят и щенята»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком)	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Путешествие по реке». Ходьба по «змейкой» по верёвке, по косичке	«Где спрятано?», «Кто назвал?»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые задачи: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать</p>					<p>Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места, в прыжках в высоту, в спрыгивании с высоты, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя рр, в отбивании о пол правой и левой рукой и ловле после отскока, в пролезании в обруч прямо и боком, в скатывании мяча по наклонной доске с попаданием в предмет; закреплять умение выполнять основные виды движения в быстром</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, рр в стороны, вверх, на пятках, рр за голову, подскоки «раки» (сидя, нн согнуты в коленях, рр в упоре сзади, на рр и ногах и приподнятыми ягодицами над полом с продвижением вперёд ногами или рр), «обезьянки», «муравьишки», спиной вперед, змейкой, в полуприседе, обычная ходьба; боковой галоп вправо, влево; бег спиной вперед, легкий бег, прыжки на двух ногах с продвижением вперед				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С гантелями	Без предметов	
Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча между предметами. 3. Прыжки через короткие шнуры	1. Перебрасыв. мяча друг другу двумя руками из-за головы. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз).	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2. Ходьба с перешагиван. через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3. Ходьба с перешагиванием через	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек». 3. Игровое задание «Пробеги по мостику».	

	(6–8 шт.). 4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)	3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях. 4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке	рейки лестницы (высота 25см). 4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м)	4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	темпе; учит катать мяч двумя рр Развивать координацию движения; в прыжках со скамейки, в ползании на четвереньках по скамейке
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Воробышки и автомобиль»	«Перелёт птиц»	«Кролики в огороде»	
Малоподвижные игры	«Считай до трёх». Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три»	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному	«Ножки мёрзнут». Ходьба на месте, с продвижением вправо, влево, вперёд, назад	«Найди и промолчи»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Целевые задачи: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно действует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выразить в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, удовлетворяет развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать простым правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать					Упражнять в равновесии, в прыжках из обруча в обруч, в лазании по лестнице, в катании обруча м/у предметами; закреплять умения лазать по лестнице приставным и чередующим шагом, пролезать прямо и боком в обруч Упражнять в беге
Содержание части: Ходьба на носках, рр на поясе, на пятках, ходьба в полуприседе, рр вперед, «обезьянки», ходьба враспынную; дыхательные упр. (стоя, ладонь на животе, вдох-живот выпятив вперед, задержка дыхания, выдох ч/з плотно сжатые зубы с произнесением звука «с»); боковой галоп пр. и л. боком					
	С обручем	С малым мячом	С флажками	С лентами	

Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Перебрасывание мешочков через шнур. 3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами). 4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь)	1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м). 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Прокатывание мячей между предметами. 4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине	1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку. 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны. 3. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию. 4. Лазание по гимнастич. стенке с продвижен. вправо, спуск вниз. 5. Ходьба по гимнастич. скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе. 6. Прыжки на двух ногах через шнуры	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Перешагивание через набивные мячи. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч. 4. Прыжки на двух ногах через кубики	змейкой м/у предметами, в метании; закреплять умение прыгать в длину с места
Игровые игры	«Бездомный заяц»	«Подарки»	«Охотники и зайцы»	«Наседка и цыплята»	
Подвижные игры	«Замри». Ходьба в колонне по одному с остановкой на счёт «четыре»		«Эхо»		«Возьми флажок»

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Этапы занятия					Закреплять умения

Планируемые целевые задачи: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать					выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко, метать, лазать; учить выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой; упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места Учить играм с элементами соревнования; закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо из-за головы, от груди; упражнять в лазании по гимнастической стенке, в прыжках ч/з верёвочку боком, в пролезании прямо и боком в обруч
Вводная часть	Ходьба на носках, рр вверх, на пятках, приставным шагом, «обезьянки», «муравьишки», с разведением носков врозь, на внешнем своде стопы, в полуприседе, с выпадами, обычная ходьба; легкий бег, быстрый бег, бег спиной вперед; прыжки на двух нн; дышат. упр «Кукареку» (дети стоят прямо, нн врозь, рр опущены, поднимают рр в стороны, хлопают ими по бёдрам и на выдохе произносят: «Кукареку»).				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов	
Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками	
Подвижные игры	«Совушка»	«Воробышки и автомобиль»	«Птички и кошки»	«Котята и щенята»	
Малоподвижные игры	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений	«Стоп»	«Угадай по голосу»	«Весёлые лягушата». Танцевальные упражнения в сочетании с упражнениями ритмической гимнастики	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	

Этапы занятия					Учить выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, играть в игры с элементами соревнования, лазать по гимн. стенке и переходить из пролётки в пролётку; закреплять умение выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко; упражнять в прыжках ч/з верёвку боком Развивать координацию движений; упражнять в равновесии, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя рр, в ударах о поли ловле после отскока от пола, в метании мешочков в вертикальную цель, прыжках в длину с места; учить прыгать ч/з короткую скакалку
Планируемые целевые задачи:	уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать				
Вводная часть	Ходьба на носках, рр вверх, на пятках, в полуприседе, рр вперёд, на внешнем своде стопы, на четвереньках с высоким подниманием колен, «обезьянки», «раки», ходьба и бег змейкой; боковой галоп пр. и л. боком; дыхат.упр. «Отдых» (медленно вдохнуть и медленно выдохнуть)				
ОРУ	С кубиками	С обручем	С гимнастической палкой	Без предметов	
Основные виды движений	1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте. 2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2–3 м). 3. Метание правой и левой рукой на дальность	1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков. 3. Прыжки через скакалку. 4. Подвижная игра «Удочка»	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше. 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3. Игровое задание «Один – двое». 4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока	
Подвижные игры	«Котята и щенята»	«Зайцы и волк»	«Подарки»	«У медведя во бору»	
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	«Найти Мишу»	

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
СЕНТЯБРЬ (старшая группа)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать					Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу инструктора, в равновесии, в ползании по гимнаст. скамейке с опорой на ладонях и коленях; учить прыгать по кругу с мячом, зажатым м/у колен; развивать глазомер, ловкость, координацию движения; в пролезании в обруч боком, в прыжках с продвижением вперед
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному на носках (кружась с продвижением вперед), рр на поясе; на пятках, рр за спиной, сложенные «локоть на локоть»; на внешней стороне стопы, рр согнуты в логтях, с разворотом в противоположную сторону по команде инструктора «Кругом!»; скрестным шагом; с высоким подниманием колен; со сменой положения рр по команде инструктора; бег в среднем темпе с перепрыгиванием предметов (высота 20-25 см)				
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
Основные виды движений	1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами. 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди). 4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 3. Ползание на четвереньках по гимнаст. скамейке на ладонях и коленях. 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы	1. Подлезание в обруч в группировке, боком, прямо 2. Перешагивание через бруки с мешочком на голове 3. Ходьба с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком между колен. 5. Ходьба «Пингвин»	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах	
Подвижные игры	«Мышонок»	«Удочка»	«Мы веселые ребята»	«Ловишки с ленточками»	
Малоподвижные игры	«У кого мяч».	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	«Подойди не слышно»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности	Педагогические задачи
--	-----------------------

Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать					
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному на носках, пятках, с высоким подниманием колен, «слоники» (высокие четвереньки на рр и ступнях) спиной вперёд, обычная ходьба; в полуприседе; дыхательные упр., бег до 1,5 мин, бег змейкой				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С большим мячом	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Переползание через препятствие 3 Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах ч/з шнуры, прямо, боком 3 Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Ходьба по скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком.. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч	1. Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка 2.. Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед 3. Перебрасывание мяча друг другу, сидя по-турецки 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису	Развивать точность движений, упражнять в равновесии, в лазании, прыжках, в подлезании под дугу прямо и боком; закреплять умение владеть мячом. Упражнять в ходьбе и беге, ползании по скамейке на животе; развивать ловкость и координацию движения, глазомер
Подвижные игры	«Удочка»	«Перелет птиц»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,	
Малоподвижные игры	«Эхо»	«Чудо-остров».	«Найди и	«Летает-не летает».	

		Танцевальные движения	промолчи»		
--	--	-----------------------	-----------	--	--

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать					<p>Упражнять в беге по кругу, взявшись за рр, в противоположную сторону, в равновесии, в прыжках; закреплять умения ползать по гимн. скамейке на четвереньках, перебрасывать мяч друг другу разными способами</p> <p>Упражнять в беге змейкой, лазании; закреплять умение прыгать ч/з шнур; научить детей называть друг друга ласковыми именами; формировать доброжелательное отношение друг другу, расширять словарь</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках с различными положениями рр, с высоким подниманием колен, гусиным шагом, «крабики», «муравьишки», «обезьянки», с разведением носков врозь, с изменением направления, боковой галоп, спиной вперёд; дышат.упр.				
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кубиками	Парами с палкой	
Основные виды движений	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками</p> <p>2. Ведение мяча с продвижением вперед</p> <p>3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч</p> <p>4. Бег по наклонной доске</p>	<p>1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета»</p> <p>2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях</p> <p>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове</p> <p>5. Перебрасывание</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола</p> <p>2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе</p> <p>3. Прыжки с места на мат, прыжки на правой и левой ноге между предметами</p> <p>4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</p>	<p>1. Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками</p> <p>2. Спрыгивание со скамейки на мат.</p> <p>3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя</p> <p>4. Лазание по гимн. стенке разноименным способом</p>	

		мяча друг другу двумя руками из-за головы			
Подвижные игры	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Медведи и пчелы»	«Эстафета парами»	
Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать					Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с сохранением определённой дистанции друг от друга, в равновесии, в прыжках, в метании, в лазании Упражнять в ходьбе и беге м/у предметами, в прыжках на двух нн с зажатым м/у ног мячом; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; развивать ловкость и глазомер
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, с различными положениями рр, нншироким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см) на мат 2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке 3. Перешагивание через бруски, справа и слева от него 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимн. скамейке с перекатом мяча по талии 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание вдаль 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка)	

		5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)		
Подвижные игры	«Кто скорее до флажка»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»	«Эстафета с рюкзачком»
Малоподвижные игры	«Сделай фигуру».	«Летает- не летает».	«Найди и промолчи»	«Подарки»

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать					Закреплять умения перебрасывать мяч в парах разными способами, влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в перепрыгивании ч/з шнуры на двух нн без паузы; развивать равновесие. Упражнять в пролезании в обруч, в прыжках, в метании; учить лазать по гимн.стенке, переходить с пролета на пролет гимн.стенке по диагонали
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, с различными положениями рр, в полуприседе; дышат.упр.; бег до 1,5мин; ходьба «обезьянки», «слоники», «муравьишки», «канатоходцы»				
ОРУ	С мячом	С палкой	С обручем	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками. 3. Попади в обруч (правой и левой) 4. Ходьба по гимн. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки в длину с места 4. Метание в цель	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, по гимн скамейке, на	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в	

			середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4.Метание вдаль	вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком	
Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Мышеловка»	«Ловля обезьян»	«Мы веселые ребята»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Найди и промолчи»	

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ФЕВРАЛЬ (СТАРШАЯ ГРУППА)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать					Учить метать мешочки в горизонтальную цель; закреплять умение подниматься по гимн.стенке, не пропуская реек; упражнять в прыжках с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в сохранении равновесия, в прыжках из обруча в обруч, в забрасывании мяча в баскет.кольцо; развивать ловкость, глазомер
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба и бег с выполнением заданий				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики 2. Прыжки через	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.	

	скакалку (неподвижную). 3. Прокатывание мяча между кеглями 4. Ползание по пластунски до обозначенного места	через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м)	бруску правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке	
Подвижные игры	«Пустое место»	«Охотники и зайцы»	«Лиса в курятнике»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»	
Малоподвижные игры	«Зима»	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в руках	«Найди и промолчи»,	«Стоп»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам</p>					<p>Упражнять в ходьбе в колонне по одному с перестроением в пары и обратно, в подлезании под шнур правым и левым боком, в равновесии, в прыжках ч/з короткий шнур; закреплять</p>

безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать					умение метать в горизонтальную цель, перекатывать набивной мяч в парах Упражнять в ходьбе колонной по одному с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора, в равновесии, в ходьбе по канату с мешочком на голове, в прыжках в высоту с разбега, в подлезании под дугу; развивать ловкость и глазомер
Вводная часть	Ходьба на носках, прр вверх, на пятках, в полуприседе; с высоким подниманием колен; боковой галоп правым и левым боком; «раки», «обезьянки»; в колонне по одному с перестроением в пары и обратно; бег спиной вперед; дышат упр; бег с ускорением и замедлением, бег с захлестыванием ног				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове 2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола(расстояние 1,5м). 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Ползание попластунски в сочетании с перебежками	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 3. Пролезание в обручи 4. Прыжок в высоту с разбега	1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна. 5. Подлезание под дугу	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Прыжки со скамейки на мат 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом	
Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Хитрая лиса»	«Караси и щука»	
Малоподвижные игры	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Затейники»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Этапы занятия					Упражнять в

Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать					ходьбе и беге, прыжках и метании; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие Упражнять в ходьбе и беге с чередованием в бросании мяча ч/з сетку, в перепрыгивании ч/з шнур, в ползании по скамейке на животе; учить лазать по металлической поверхности; закреплять умение лазать по верёвочной лестнице
Вводная часть	Обычная ходьба, на носках, пятках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с высоким подниманием колен; «обезьянки», «слоники», «раки»; с заданиями для pp; в полуприседе, подскоки; боковой галоп; дышат упр; бег с захлестыванием nn назад; лёгкий бег, быстрый бег				
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кубиками	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на кругом и передачей мяча перед собой на каждый шаг 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием малого мяча перед собой 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки в высоту	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки через скакалку 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Ползание по туннелю. 5. Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку	
Подвижные игры	«Медведи и пчелы»	«Удочка»	«Горелки»	«Ловишка с ленточками	
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать					Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону, в

неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; проявляет творческие способности, хорошо понимает устную речь и может выражать в речи свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены					<u>непрерывном беге м/у предметами (до 2-х минут), в подлезании под шнур, вперепрыгивании ч/з шнур, в перебрасывании набивного мяча друг другу, в забрасывании мяча в кольцо</u> <u>Учить бегать на скорость, прыгать ч/з скакалку; отрабатывать навыки метания мешочков в обруч; упражнять в подлезании под дугу</u>
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед, дышат. упр;				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке	
Подвижные игры	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь- дальше будешь»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
					Упражнять в ходьбе, беге

Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; хорошо понимает устную речь и может выражать свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены					колонной по одному с соблюдением дистанции, с чётким фиксированием поворотов, по кругу с остановкой по сигналу, в сохранении равновесия, в прыжках, в метании, в лазании, в разнообразных действиях с обручем, в различных способах выполнения хвата обруча; закреплять основные виды движений; развивать координацию движений, ловкость рук, мелкую моторику рук, ориентирование в пространстве; учить соблюдать правила игр; упражнять в катании в парах набивного мяча, в бросании мяча от груди, снизу, назад ч/з голову в парах; ; закреплять умение группироваться в прыжках, выполнять упражнения со средним мячом; развивать ловкость движений с предметами, быстроту реакции, выносливость, внимание, психомоторные функции. Оздоровляем стопы ног, возбуждая активные точки на стопах
Вводная часть	Ходьба на носках (руки на поясе, в стороны), на пятках (руки согнуты в локтях), на внешней стороне стопы, ходьба с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок, семенящим, широким шагом, «Обезьянки» (высокие четвереньки), «Муравьишки», «Крабики», приставным шагом, в полуприседе, с упражнениями для рук (руки вперёд, вверх, в стороны, сжимая пальцы рук в кулаки на каждый шаг), ходьба с построением в звенья; прыжки на левой и правой ноге поочередно; легкий бег, бег спиной вперед; быстрый бег; боковой галоп правым и левым боком; дыхательные упражнения (вдох, на выдохе слегка постукивать по ноздрям, произнося звук				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С палками	С обручем	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом). 2. Прыжки с места на мат(через набивные мячи) 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы) 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке	1. Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета. 2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель 3. Пролезание в обруч различными способами, пол шнур 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове	1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа 2. Перебрасывание мяча через сетку 3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки 4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками 2. Ходьба по наклонной доске и спуск по гимнастической стенке 3. Прыжки с места вдаль 4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую 5. Упражнение «крокодил»	
Подвижные игры	«Совушка»	«Перемени предмет»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»	
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи».	«Дует, дует ветерок»	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	«Подойди не слышно»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	

Этапы занятия					Упражнять в равновесии; закреплять умения
<p>Планируемые целевые ориентиры: уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; хорошо понимает устную речь и может выражать свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; выполняет творческую работу; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность склонен наблюдать, обладает начальными знаниями о природном мире, элементарными представлениями из области живой природы</p>					
Вводная часть	<p>Ходьба на носках руки вверх, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, имитация ходьбы на лыжах, с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок, «канатоходцы» (приставляя пятку одной ноги к пальцам другой), в полуприседе, обычная ходьба; боковой галоп вправо, влево; дыхательные упражнения (вдох ч/х нос, ладони на груди, озвученный выдох: «Ух-х-х!»); построение в три звена; подскоки; легкий бег змейкой, бег с сильным захлестыванием ног назад, с выбрасывание прямых ног вперёд</p>				
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С веревочкой	С султанчиками(под музыку)	Укреплять мышцы кистей рук
Основные виды движений	<p>1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.. 2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней 3.Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезаниепод дугу прямо и боком</p>	<p>1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатом между ног 3.Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4.Лазание по гимн стенке</p>	<p>1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2.Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком.. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч</p>	<p>1.Ходьба по узкой скамейке 2..Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед 3.Перебрасывание мяча друг другу на ходу 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису</p>	<p>Закреплять умения выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, основные виды движений осознанно, быстро и ловко, выполнять упражнения с гим.палкой; учить преодолевать двигательные трудности, правильно применять разные хваты в упражнениях с гим. палкой</p>
Подвижные игры	«Удочка»	«Жмурки»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,	
Малоподвижные игры	«Съедобное – не съедобное»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: обнаруживает способность к воплощению различных образов;уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; хорошо понимает устную речь и может выражать свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; выполняет творческую работу; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены ; проявляет любознательность склонен наблюдать, обладает начальными знаниями о природном мире, элементарными представлениями из области живой природы</p>					<p>Упражнять в равновесии, в прыжках, лазании по канату, в метании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать координацию движений, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве; укреплять мышцы стоп.</p>
Вводная часть	<p>Ходьба на носках, руки вверх, на внешней стороне стопы, на пятках спиной вперёд, семенящим и широким шагом; имитация ходьбы на лыжах;в приседе, «крабики», «слоники», «канатоходцы», обычная ходьба; построение в три звена; прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперёд; дыхательные упражнения; боковой галоп; легкий бег, быстрый бег, бег спиной вперед, бег с заданиями (взять 2 кубика из корзины, пробежать один круг, положить кубики в корзину)</p>				<p>Развивать волевые и физические качества, мышечную силу, ловкость, быстроту движений, умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, упражнения на возвышенной опоре; на сохранение равновесия; упражнять в прыжках через набивные мячи; учить прокатывать набивные мячи руками, ногами.Закрепить умение ориентироваться в пространстве, знание цвета, формы, понятий «такой же», «одинаковые»; развивать речь</p>
ОРУ	Со скакалкой	С обручем	Без предметов	Парами с палкой	
Основные виды движений	<p>1. Прыжки через скамейку 2.Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Бег по наклонной доске</p>	<p>1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат, 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</p>	<p>1.Ходьба по гимн.скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2.Спрыгивание со скамейки на мат. 3.Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя 4.Лазание по гимн.стенке разноименным способом</p>	
Подвижные игры	«Быстро возьми, быстро положи»	«Удочка»	«Кто скорее до флажка докатит обруч»	«Эстафета парами»	
Малоподвижные игры	«Самомассаж» ног мячами ежиками	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: обнаруживает способность к воплощению различных образов; уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; хорошо понимает устную речь и может выражать свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; выполняет творческую работу; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность склонен наблюдать, обладает начальными знаниями о природном мире, элементарными представлениями из области живой природы</p>					<p>Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках, в ползании змейкой; упражнять в равновесии. Развивать умение бросать мяч друг другу в парах ч/з волейбольную сетку, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; упражнять в равновесии; в прыжках на одной ноге ч/з обруч; закреплять умение основные виды движений в быстром темпе</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, руки вверх, на внешней стороне стопы, на пятках спиной вперед, семенящим и широким шагом; имитация ходьбы на лыжах; в приседе, «крабики», «слоники», «канатоходцы», обычная ходьба; построение в три звена; прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; дыхательные упражнения; боковой галоп; легкий бег, быстрый бег, бег спиной вперед, бег с изменением направления движения по сигналу, быстрый бег (2-3 круга), бег на правой и левой ноге, бег с заданиями (подпрыгнуть вверх)				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием 3. Метание набивного мяча вдаль 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание в цель 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка) и с мешочком на спине 	
Подвижные	«Хитрая лиса»	«Охотники и зайцы»	«Пожарные на ученьях»	«Два мороза»	

игры				
Малоподвижные игры	«Фигуры».	«Тише-едешь, дальше-будешь».	«Найди и промолчи»	«Подарки»

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: обнаруживает способность к воплощению различных образов; уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; хорошо понимает устную речь и может выражать свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; выполняет творческую работу; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность, склонен наблюдать, обладает начальными знаниями о природном мире, элементарными представлениями из области живой природы</p>					<p>Учить прыгать ч/з короткую скакалку, правильно держать скакалку за её концы, вращать скакалку; упражнять в равновесии; отрабатывать навыки метания, лазания; помочь в преодолении двигательных трудностей. Развивать ловкость движений, силу, быстроту реакции</p>
Вводная часть	<p>Ходьба на носках; на пятках; на внешней стороне стопы; с постановкой одной ноги на пятку, другой – на носок; с приставлением пятки одной ноги к пальцам другой; «раки», «слоники»; с разведением носков, пяток врозь; в полуприседе; спиной вперёд; обычная ходьба, боковой галоп; дыхательные упражнения; легкий, быстрый бег; челночный бег; бег с выбрасыванием прямых ног вперёд</p>				
ОРУ	С палкой	С мячом	С гирями	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обручиз положения стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по гимн. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую</p>	<p>1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине) 4. Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4. Перебрасывание мяча снизу друг другу 5. Кружение парами</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком</p>	

Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Догони свою пару»	«Ловля обезьян»	«Мы веселые ребята»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Две ладошки»музыкальная	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: обнаруживает способность к воплощению различных образов; уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; хорошо понимает устную речь и может выражать свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; выполняет творческую работу; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены ; проявляет любознательность склонен наблюдать, обладает начальными знаниями о природном мире, элементарными представлениями из области живой природы, истории</p>					<p>Упражнять в равновесии; закреплять умения выполнять основные виды движений в быстром темпе, прыгать в высоту, вести мяч, лазать по канату; развивать зрительное восприятие, устойчивость созданных конструкций из кубиков, ориентировку в пространстве; укреплять мелкие мышцы рук</p> <p>Активизировать двигательную деятельность ч/з игровые упражнения с гимнастической палкой; укреплять мышцы кистей рук, стоп; закреплять умение правильно выполнять разнообразные хватки в упражнениях с гимнастической палкой; учить прыгать ч/з длинную скакалку с места; развивать двигательные навыки в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице; воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать её в соревнованиях</p>
Вводная часть	<p>Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий.</p> <p>Ходьба на носках; на пятках; на внешней стороне стопы; с постановкой одной ноги на пятку, другой – на носок; с приставлением пятки одной ноги к пальцам другой; 2раки», «слоники»; с разведением носков, пяток врозь; в полуприседе; спиной вперёд; обычная ходьба, боковой галоп; дыхательные упражнения; легкий , быстрый бег; челночный бег; бег с выбрасыванием прямых ног вперёд</p>				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на</p>	<p>1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке</p> <p>2. Прыжки через бруски правым боком</p>	<p>1. Ходьба по гимнастич скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>2. Отбивание мяча</p>	

	3. Отбивание мяча правой и левой рукой 4. Ползание по пластунски до обозначенного места	животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног 4. Прыжки в высоту	3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Перебрасывание набивных мячей	правой и левой рукой поочередно на месте и в движении 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке	
Подвижные игры	«Ключи»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»	
Малоподвижные игры	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Стоп»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: обнаруживает способность к воплощению различных образов; уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; хорошо понимает устную речь и может выражать свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; выполняет творческую работу; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены ; проявляет любознательность склонен наблюдать, обладает начальными знаниями о природном мире, элементарными представлениями из области живой природы, истории</p>					<p>Учить прыгать ч/з большой обруч, бороться за достижение своей цели; упражнять в равновесии, в лазании; закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо с места, в прыжке, вести мяч; развивать координацию движений, ловкость, быстроту, силу. Упражнять в прыжках, в метании, в равновесии, в лазании по канату; учить прыгать ч/з скамейку, соблюдать правила игры</p>
Вводная часть	<p>Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы Ходьба на носках; на пятках; на внешней стороне стопы; с постановкой одной ноги на пятку, другой – на носок; с приставлением пятки одной ноги к пальцам другой; 2раки», «слоники»; с разведением</p>				

	носков, пяток врозь; в полуприседе; спиной вперёд; обычная ходьба, боковой галоп; дыхательные упражнения; легкий, быстрый бег; челночный бег; бег с выбрасыванием прямых ног вперёд			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных положений 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Подлезание в обруч разными способами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной 2. Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Бездомный заяц»	«Караси и щука»
Малоподвижные игры	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые целевые ориентиры: обнаруживает способность к воплощению различных образов; уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; хорошо понимает устную речь и может выражать свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; выполняет творческую работу; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены; проявляет любознательность; склонен наблюдать, обладает начальными знаниями о природном мире, элементарными представлениями из области</p>					<p>Закреплять умение выразительно, осознанно, быстро и ловко выполнять основные виды движений; упражнять в лазании по канату, в прыжках ч/з скакалку на двух ногах, в метании. Закреплять умение бросать мяч волейбольную сетку в</p>

живой природы, истории					парах, прыгать ч/з короткую скакалку, лазать по канату; развивать мышцы рук; упражнять в равновесии, в лазании
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево Ходьба на внешней стороне стопы, на пятках спиной вперед, семенящим и широким шагом; имитация ходьбы на лыжах; в приседе, «крабики», «слоники», «канатоходцы», обычная ходьба; построение в три звена; прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; дыхательные упражнения; боковой галоп; легкий бег, быстрый бег, бег спиной вперед, бег с изменением направления движения по сигналу, быстрый бег (2-3 круга), бег на правой и левой ноге, бег с заданиями (подпрыгнуть вверх)				
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочками	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезание обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую скакалку	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку	
Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками»	
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»	

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

Содержание организованной образовательной деятельности					Педагогические задачи
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	

Этапы занятия					Упражнять в равновесии, в лазании; учит прыгать с разбега; закреплять умение метать вдаль. Закреплять умения выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, вести мяч, технику бросков, развивать координацию, ловкость
<p>Планируемые целевые ориентиры: обнаруживает способность к воплощению различных образов; уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и другим, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх, способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других; обладает развитым воображением, умеет подчиняться правилам; хорошо понимает устную речь и может выразить свои мысли; развита крупная и мелкая моторика, может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать; выполняет творческую работу; способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, может следовать правилам безопасного поведения и личной гигиены ; проявляет любознательность склонен наблюдать, обладает начальными знаниями о природном мире, элементарными представлениями из области живой природы, истории</p>					
Вводная часть	<p>Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед Ходьба на внешней стороне стопы, на пятках спиной вперед, семенящим и широким шагом; имитация ходьбы на лыжах; в приседе, «крабики», «слоники», «канатоходцы», обычная ходьба; построение в три звена; прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; дыхательные упражнения; боковой галоп; легкий бег, быстрый бег, бег спиной вперед, бег с изменением направления движения по сигналу, быстрый бег (2-3 круга), бег на правой и левой ноге, бег с заданиями (подпрыгнуть вверх)</p>				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку	
Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через скакалку 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке 	
Подвижные игры	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь- дальше будешь»	

Оздоровительно-игровой час

Региональный компонент - подвижные и спортивные игры коренных народов Севера

Движение – главное проявление жизни ребенка. **Неподвижность** приводит к понижению жизнедеятельности организма, замедлению роста, задержке умственного **развития**.

В условиях **Крайнего Севера** полную потребность детей в активных движениях обеспечить трудно, так как климатические условия нашего региона представляют собой сложный комплекс отрицательных факторов в отношении их воздействия на организм человека, особенно детский. Низкие температуры в осенне-зимний период ограничивают возможность двигательной деятельности, столь необходимой для нормального функционирования организма, что приводит к гиподинамии, «*моторному голоду*».

В последнее время наблюдается тенденция на ухудшение состояния здоровья **детей** проживающих в районе **Крайнего Севера**. Это вызывает озабоченность и тревогу.

В поиске новых эффективных средств по решению задач укрепления здоровья **детей** мое внимание привлек богатый опыт **коренного населения Крайнего Севера**, в частности **народов ханты**. Большинство исследователей, изучавших **народную** педагогику аборигенов **Севера и Сибири**, отмечают, что они создали уникальную систему воспитания личности, способной выдержать суровые условия жизни. В данной системе четко прослеживается полоролевой подход к воспитанию **детей**. Современные авторы (*Градусова Л. В., Кудрявцева Е. А., Ретина Т. А. и др.*) подчеркивают, что женщину в девочке, также как и мужчину в мальчике, следует формировать с малых лет, не отделяя полоролевое воспитание от общего нравственного и **физического воспитания**. Иначе при становлении личности девочки или мальчика неизбежны отклонения, приводящие к эмоциональному неблагополучию среди сверстников, а в дальнейшем препятствующие выполнению семейной и общественной функции. И многовековой опыт **коренных северян** подтверждает мудрость данного подхода к воспитанию **детей**.

Основным средством **физического развития** и приобщения их к трудовой деятельности (охоте, рыболовству, оленеводству, собирательству, ведению домашнего хозяйства) у ханты являются **подвижные игры**. **Подвижные игры** способствуют умственному **развитию детей**, обучению их первоначальным жизненно важным двигательным навыкам, **физическому** и психическому закаливанию. Большинство игр **детей** до 4 лет способствуют **развитию навыков ходьбы**, бега, а также других видов движений, они носят подражательный характер. С 3 - 4 лет дети получают от родителей лыжи, размеры которых соответствуют возрасту и росту ребенка. Охотно играют в прятки, зимой роют в снегу ходы и прячутся в них.

Детей постарше (от 4 до 7 лет, следуя опыту **народной педагогики**, ханты готовят к производственной деятельности взрослых. На этом этапе **игры** и игрушки уже в большей степени помогают детям осваивать и закреплять связи с традиционной бытовой культурой, способствуют осознанию особенностей своего пола. Суровые жизненные условия **Севера**, трудная промысловая деятельность требуют от **народа ханты**, чтоб уже с 6-7 летнего возраста они активно **развивали у детей важнейшие физические** качества и воспитывали специфические двигательные навыки. С этого возрастного периода дети не только привлекаются к хозяйственной помощи родителям, но и ведется специальное обучение и воспитание мальчиков как будущих кормильцев семьи. В них стараются выработать мужественность, выносливость, трудолюбие, правдивость, преданность семье. Девочка – будущая хранительница очага, мать. В ней воспитывается хозяйственность, женственность, ловкость, быстрота, хороший глазомер. Детям с малых лет внушается, что в тайге нельзя быть никому обузой. **Игры** этого возраста отличаются от игр предыдущего тем, что здесь дети начинают играть в **игры с правилами**, которые разнообразны по своему содержанию и организационным формам проведения.

Так же у ханты существует много специальных состязаний, в которых ребенок или взрослый должны показать находчивость, силу, ловкость, мужество и проявить стойкость в борьбе с соперником. В хантыйском фольклоре часто упоминаются состязания и военные **игры князей**, богатырей, рядовых воинов, *«иноземных силачей» (представителей других народов)*. Иногда в состязаниях принимают участие женщины. Даже дедушки и бабушки участвуют в состязаниях вместе с детьми, направляя их игру. После игр **подвижного** характера состязания **физически** становятся следующим этапом **развития** и совершенствования **физических** и психических качеств.

Игры детей от 10 до 14 лет все чаще имели промысловую направленность, готовили к суровым условиям кочевого и полукочевого образа жизни, способствовали воспитанию **физических и волевых качеств**, специальных двигательных навыков, необходимых для самостоятельного ведения промыслов в дальнейшем. У **детей** ханты в этом возрастном периоде так же, как и в предыдущем, большой популярностью пользовались **игры с бегом**, прыжками, метаниями.

К четырнадцати-пятнадцати годам хантыйские подростки практически становились полноценными промысловиками. В связи с этим существенно менялась роль **народных игр**, состязаний и самобытных **физических упражнений**. Их задачами были уже не только **развитие физических** качеств и обучение специфическим умениям и навыкам, необходимым для ведения промыслов и домашнего хозяйства, но и дальнейшее их совершенствование и поддержание на оптимальном уровне.

Народные игры в этом возрастном периоде также служили своеобразной подготовкой к промысловому сезону, разрядкой после тяжелой, изнурительной работы в лесу, на реке.

Значение **подвижных народных игр** для **физического развития детей**.

Чрезвычайно разнообразно **развивающее** и воспитательное значение традиционных **народных игр**, особенно **подвижного характера**. С их помощью **развиваются различные физические качества**, и, прежде всего быстрота и ловкость. Одновременно закрепляются и совершенствуются двигательные навыки, **физические** качества проявляются все полнее и разнообразнее.

Народная игра постепенно укрепляет организм **детей** и служит залогом здоровья. Гигиеническое значение игр усиливается возможностью их широкого использования в природных условиях: зимние **игры**, **игры в лесу**, на воде и т. д. – ни с чем несравнимое средство закаливания и укрепления здоровья. Глубина и разносторонность воздействия делают **народные игры** незаменимым средством воспитания подрастающего поколения. Использование игр в определенной системе и в сочетании с другими средствами обеспечивает высокую эффективность воспитания необходимых черт характера.

В практике у многих **народов** используются разнообразные **подвижные игры**. Чтобы составить более отчетливое представление о существенных особенностях содержания **народных игр**, а также обеспечить их правильный выбор для каждого конкретного случая, соответственно конкретным задачам, которые ставятся перед проведением той или иной **игры**, большое значение приобретает распределение **народных игр** на группы по определенным сходным признакам.

Игры на формирование ловкости:

- «Охотники»;
- «Метание шишек»;
- «Поиграем в ямки»;
- «Достань кольцо»;
- «Ледяные палочки»;
- «Скачки на одной ноге».

Игры на формирование быстроты:

- «Ловля оленей»;
- «Льдинки, ветер и мороз»;
- «Ручейки и озера»;
- «Оленьи упряжки»;

- «Волк и олени»;
- «Отбивка оленей».

Игры на формирование выносливости:

- «Прыжки через нарты»;
- «Бег в снегоступах»;
- «Прыжки на двух ногах»;
- «Перетягивание каната»;
- «Погоня за зверем».

Игры на формирование силы:

- «Выдра»;
- «Игра с диском»;
- «Борьба оленей»;
- «Кто дальше бросит чурбан»;
- «Переезд».

Классификация **подвижных** игр по двигательному содержанию

Игры с ходьбой:

- «Хейро»;
- «Медведь и ягодники»;
- «Важенка и оленята».

Игры с бегом:

- «Волк и олени»;
- «Каюр и собаки»;
- «Ловля оленей»;
- «Полярная сова и евражки».

Игры с прыжками:

- «Нарты - сани»;
- «Оленьи упряжки»;
- «Тройной прыжок».

Игры с метанием:

- «Олени и пастухи»;
- «Куропатки и охотники»;
- «Охота на волка»

Группа младшего дошкольного возраста

Неделя	Содержание занятий	Основные движения	Оборудование
сентябрь			
1	1.Ходьба и бег (2 мин) Ходьба и бег в заданном направлении; бег по кругу	Ходьба, бег	

	<p>2. Подвижная игра «Солнышко»</p> <p>«Липкие пеньки»</p> <p>3. Упражнение на дыхание «Одуванчик»</p>	Бег врассыпную	
2	<p>1. Ходьба и бег (2 мин)</p> <p>Ходьба и бег в заданном направлении; бег по кругу</p> <p>2. Подвижная игра «Солнышко»</p> <p>«Липкие пеньки»</p> <p>3. Упражнение на дыхание «Одуванчик»</p>	Ходьба, бег Бег врассыпную	
3	<p>1. Ходьба, бег по залу</p> <p>2. Подвижные игры «По кочкам». «Птички»</p> <p>3. Упражнение на дыхание</p>	Бег, ходьба	обручи
4	<p>1. Ходьба, бег по залу</p> <p>2. Подвижные игры «По кочкам». «Птички»</p> <p>3. Упражнение на дыхание</p>	Бег, ходьба	обручи
октябрь			
Неделя	Содержание занятий	Основные движения	Оборудование
1	<p>1. Ходьба, бег 2 мин</p> <p>2. Подвижная игра «Солнце» («Хейро»). Играющие становятся в круг, берутся за руки, идут по кругу приставным шагом, руками делают равномерные взмахи вперед-назад и на каждый шаг говорят «хейро». Ведущий-солнце сидит на корточках в середине круга. Игроки разбегаются, когда, солнце встает и выпрямляется (вытягивает руки в стороны). Правила игры. Все игроки должны увертываться от солнца при его поворотах. На сигнал «Раз, два, три — в круг скорей беги!» те, кого ведущий не задел, возвращаются в круг.</p> <p>«Ручейки и озера». Игроки стоят в пяти — семи колоннах, с одинаковым количеством играющих в разных частях зала — это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги — озера. Выигрывают те дети, которые быстрее построят круг. Правила игры. Бегать надо друг за другом, не выходя из своей колонны. Строиться в круг можно только по сигналу.</p>	Бег, координация движения	

	Упражнение на дыхание -дуть на перо.		
2	<p>1.Ходьба, бег 2 мин</p> <p>2 Подвижная игра «Солнце «(Хейро).Играющие становятся в круг, берутся за руки, идут по кругу приставным шагом, руками делают равномерные взмахи вперед-назад и на каждый шаг говорят «хейро». Ведущий-солнце сидит на корточках в середине круга. Игроки разбегаются, когда, солнце встает и выпрямляется (вытягивает руки в стороны).Правила игры. Все игроки должны увертываться от солнца при его поворотах. На сигнал «Раз, два, три — в круг скорей беги!» те, кого ведущий не задел, возвращаются в круг.</p> <p>«Ручейки и озера».Игроки стоят в пяти — семи колоннах, с одинаковым количеством играющих в разных частях зала — это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги — озера. Выигрывают те дети, которые быстрее построят круг. Правила игры. Бегать надо друг за другом, не выходя из своей колонны. Строиться в круг можно только по сигналу.</p> <p>Упражнение на дыхание -дуть на перо.</p>		
3.	<p>1.Ходьба, бег по кругу 2 мин</p> <p>2.Рыбаки и рыбки.</p> <p>На полу лежит шнур в форме круга — это сеть. В центре круга стоят трое детей — рыбаков, остальные игроки — рыбки. Дети-рыбки бегают по всей площадке и забегают в круг. Дети-рыбаки ловят их. Правила игры. Ловить детей-рыбок можно только в кругу. Рыбки должны забегать в круг (сеть) и выбегать из него, чтобы рыбаки их не поймали. Кто поймает больше рыбок, тот лучший рыбак.</p> <p>Льдинки, ветер и мороз.</p> <p>Играющие встают парами лицом друг к другу и хлопают в ладоши, приговаривая: «Холодные льдинки, прозрачные льдинки, сверкают, звенят дзинь, дзинь...»Делают хлопок на каждое слово: сначала в свои ладоши, затем в ладоши с товарищем. Хлопают в ладоши и говорят дзинь, дзинь до тех пор, пока не услышат сигнал «Ветер!». Дети-льдинки разбегаются в разные стороны и договариваются, кто с кем будет строить круг — большую льдинку. На сигнал «Мороз!» все выстраиваются в круг и берутся за руки. Правила игры. Выигрывают те дети, у которых в кругу оказалось большее число игроков. Договариваться надо тихо о том, кто с кем будет строить большую льдинку. Договорившиеся берутся за руки. Менять движения можно только по сигналу «Ветер!» или «Мороз!». В игру желательно включать разные движения: поскоки, легкий или быстрый бег, боковой галоп и т. д.</p>		

4.	<p>3.Упражнение на дыхание</p> <p>1.Ходьба, бег по кругу 2 мин</p> <p>2.Рыбаки и рыбки.</p> <p>На полу лежит шнур в форме круга — это сеть. В центре круга стоят трое детей — рыбаков, остальные игроки — рыбки. Дети-рыбки бегают по всей площадке и забегают в круг. Дети-рыбаки ловят их. Правила игры. Ловить детей-рыбок можно только в кругу. Рыбки должны забежать в круг (сеть) и выбежать из него, чтобы рыбаки их не поймали. Кто поймает больше рыбок, тот лучший рыбак.</p> <p>Льдинки, ветер и мороз.</p> <p>Играющие встают парами лицом друг к другу и хлопают в ладоши, приговаривая: «Холодные льдинки, прозрачные льдинки, сверкают, звенят дзинь, дзинь...»Делают хлопок на каждое слово: сначала в свои ладоши, затем в ладоши с товарищем. Хлопают в ладоши и говорят дзинь, дзинь до тех пор, пока не услышат сигнал «Ветер!». Дети-льдинки разбегаются в разные стороны и договариваются, кто с кем будет строить круг — большую льдинку. На сигнал «Мороз!» все выстраиваются в круг и берутся за руки. Правила игры. Выигрывают те дети, у которых в кругу оказалось большее число игроков. Договариваться надо тихо о том, кто с кем будет строить большую льдинку. Договорившиеся берутся за руки. Менять движения можно только по сигналу «Ветер!» или «Мороз!». В игру желательно включать разные движения: поскоки, легкий или быстрый бег, боковой галоп и т. д.</p> <p>3.Упражнение на дыхание</p>		
	ноябрь		
1.			

Группа среднего дошкольного возраста

Неделя	Содержание занятий	Основные движения	Оборудование
сентябрь			
1	<p>1.Ходьба и бег (3 мин) Ходьба и бег в свободном направлении; бег по кругу</p> <p>2. Подвижная игра «Волк и олени» «Меткий охотник»</p> <p>3.Упражнение на дыхание «Одуванчик»</p>	Ходьба, бег, ориентировка в пространстве	
2	<p>1.Ходьба и бег (3 мин) Ходьба и бег в свободном направлении; бег по кругу</p> <p>2. Подвижная игра «Волк и олени» «Меткий охотник»</p> <p>3.Упражнение на дыхание «Одуванчик»</p>	Ходьба, бег, ориентировка в пространстве	
3	<p>1.Игровое задание «в лесу» (ходить, бежать как звери по заданию)</p> <p>2.Подвижные игры «Берегись охотника» Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. У одного из игроков в руках хвост лисы или песка. Водящий старается догнать и запятнать того, кто бежит с хвостом, но сделать это непросто: участники игры на бегу передают хвост друг другу. Когда «охотник» запятнает игрока с хвостом, они меняются ролями. В конце игры определяют игрока, который ни разу не был водящим. «Весёлые медвежата» (эстафета)</p> <p>3.Упражнение на дыхание</p>	Бег, ходьба	Обручи Ленточки кубики
4	<p>1.Игровое задание «в лесу» (ходить, бежать как звери по заданию)</p> <p>2.Подвижные игры «Берегись охотника»</p>	Бег, ходьба	Обручи Ленточки

	<p>Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. У одного из игроков в руках хвост лисы или песка. Водящий старается догнать и запятнать того, кто бежит с хвостом, но сделать это непросто: участники игры на бегу передают хвост друг другу. Когда «охотник» запятнает игрока с хвостом, они меняются ролями. В конце игры определяют игрока, который ни разу не был водящим.</p> <p>«Весёлые медвежата» (эстафета)</p> <p>3. Упражнение на дыхание</p>		

Неделя	Содержание занятий	Основные движения	Оборудование
октябрь			
1	<p>1. Ходьба и бег (3 мин)</p> <p>Ходьба и бег в свободном направлении; бег по кругу</p> <p>2«Важенка и оленята»</p> <p>Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. На площадке нарисовано несколько кругов (можно обручи), в каждом из них находится важенка и двое оленят. Волк сидит за сопкой (на другом конце площадки). На слова ведущего:</p> <p>Бродит в тундре важенка, С нею оленята. Топают по лужам Оленята малые Терпеливо слушая Наставленья мамыны</p> <p>Играющие оленята свободно бегают по тундре, наклоняются, едят траву, пьют воду. На слова « волк идет!» оленята и важенки убегают в свои домики (круги). Пойманных оленей волк уводит к себе.</p> <p>Цель: развитие ловкости, координацию движений, внимания, смелости, сообразительности.</p> <p>«Звери и птицы»</p> <p>Описание игры. Игра проводится в зимнее время года, количество игроков не ограничено. Перед игрой следует предупредить игроков, что необходимо, как можно точнее скопировать движение животного или птицы. Ведущий называет птицу «утка», игроки разводят руки в стороны и плавно машут ими, словно крыльями. Зверь «заяц», игроки выполняют прыжки в приседе и т.д. Победителем становится тот, кто более точно скопирует движение зверя или птицы.</p> <p>Цель: развитие координационных движений и скоростно-силовых способностей.</p>	Ходьба, бег, ориентировка в пространстве	

	3.Упражнение на дыхание «Одуванчик»		
2	<p>1.Ходьба и бег (3 мин)</p> <p>Ходьба и бег в свободном направлении; бег по кругу</p> <p>2.«Важенка и оленята» Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. На площадке нарисовано несколько кругов (можно обручи), в каждом из них находится важенка и двое оленят. Волк сидит за сопкой (на другом конце площадки). На слова ведущего: Бродит в тундре важенка, С нею оленята. Топают по лужам Оленята малые Терпеливо слушая Наставленья мамыны Играющие оленята свободно бегают по тундре, наклоняются, едят траву, пьют воду. На слова « волк идет!» оленята и важенки убегают в свои домики (круги). Пойманных оленей волк уводит к себе. Цель: развитие ловкости, координацию движений, внимания, смелости, сообразительности.</p> <p>«Звери и птицы» Описание игры. Игра проводится в зимнее время года, количество игроков не ограничено. Перед игрой следует предупредить игроков, что необходимо, как можно точнее скопировать движение животного или птицы. Ведущий называет птицу «утка», игроки разводят руки в стороны и плавно машут ими, словно крыльями. Зверь «заяц», игроки выполняют прыжки в приседе и т.д. Победителем становится тот, кто более точно копирует движение зверя или птицы. Цель: развитие координационных движений и скоростно-силовых способностей.</p> <p>3.Упражнение на дыхание «Одуванчик»</p>	Ходьба, бег, ориентировка в пространстве	
3	<p>1.Ходьба и бег (3 мин). С различными положениями рук и ног.</p> <p>2.«Куропатки и ягодки» Игра проводится в любое время года. Количество участников не ограничено. Описание игры. Взявшись за руки, участники образует круг. Это будет клетка. Внутри клетки 6-8 ягод, а снаружи 2 куропатки. Клетка движется по кругу вправо или влево (подскоками, приставными шагами, лёгким бегом). По свистку клетка останавливается и открывает свои дверцы (поднятые руки вверх). Куропатки свободно вбегают в клетку стараясь поймать ягодку, (пойманную ягодку отводят в</p>		

	<p>своё гнездо). Победителем становится та куропатка, которая поймала больше ягодок.</p> <p>Цель: развитие быстроты, ловкости, координации движений, внимание.</p> <p>Солнце (Хейро) Играющие становятся в круг, берутся за руки, идут по кругу приставным шагом, руками делают равномерные взмахи вперёд – назад и на каждый шаг говорят <i>хейро</i>. Ведущий – солнце сидит на корточках в середине круга. Игроки разбегаются, когда солнце встаёт и выпрямляется (вытягивают руки в стороны)</p> <p><u>Правила игры.</u> Все игроки должны увёртываться от солнца при его поворотах. На сигнал «Раз, два, три – в круг скорей беги!» те, кого ведущий не задел, возвращаются в круг.</p> <p>3.Упражнение на дыхание со звуком. («Пчёлки»)</p>		
4.	<p>1.Ходьба и бег (3 мин). С различными положениями рук и ног.</p> <p>2.«Куропатки и ягодки» Игра проводится в любое время года. Количество участников не ограничено.</p> <p>Описание игры. Взявшись за руки, участники образует круг. Это будет клетка. Внутри клетки 6-8 ягод, а снаружи 2 куропатки. Клетка движется по кругу вправо или влево (подскоками, приставными шагами, лёгким бегом). По свистку клетка останавливается и открывает свои дверцы (поднятые руки вверх). Куропатки свободно вбегают в клетку стараясь поймать ягодку, (пойманную ягодку отводят в своё гнездо). Победителем становится та куропатка, которая поймала больше ягодок.</p> <p>Цель: развитие быстроты, ловкости, координации движений, внимание.</p> <p>Солнце (Хейро) Играющие становятся в круг, берутся за руки, идут по кругу приставным шагом, руками делают равномерные взмахи вперёд – назад и на каждый шаг говорят <i>хейро</i>. Ведущий – солнце сидит на корточках в середине круга. Игроки разбегаются, когда солнце встаёт и выпрямляется (вытягивают руки в стороны)</p> <p><u>Правила игры.</u> Все игроки должны увёртываться от солнца при его поворотах. На сигнал «Раз, два, три – в круг скорей беги!» те, кого ведущий не задел, возвращаются в круг.</p> <p>3.Упражнение на дыхание со звуком. («Пчёлки»)</p>	Ходьба, бег, ориентировка в пространстве	

Группа старшего дошкольного возраста

Неделя	Содержание занятий	Основные движения	Оборудование
сентябрь			
1	<p>1.Ходьба и бег (5 мин)</p> <p>Ходьба с движениями рук(вверх, вниз, в стороны, круговые движения)4 медленный бег змейкой вокруг ориентиров</p> <p>2. Подвижная игра «Важенка и оленята» Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. На площадке нарисовано несколько кругов (можно обручи), в каждом из них находится важенка и двое оленят. Волк сидит за сопкой (на другом конце площадки). На слова ведущего: Бродит в тундре важенка, С нею оленята. Топают по лужам Оленята малые Терпеливо слушая Наставленья мамыны Играющие оленята свободно бегают по тундре, наклоняются, едят траву, пьют воду. На слова « волк идет!» оленята и важенки убегают в свои домики (круги). Пойманных оленей волк уводит к себе.</p> <p>«Звери и птицы» Описание игры. Игра проводится в зимнее время года, количество игроков не ограничено. Перед игрой следует предупредить игроков, что необходимо, как можно точнее скопировать движение животного или птицы. Ведущий называет птицу «утка», игроки разводят руки в стороны и плавно машут ими, словно крыльями. Зверь «заяц», игроки выполняют прыжки в приседе и т.д. Победителем становится тот, кто более точно копирует движение зверя или птицы.</p> <p>3.Упражнение на дыхание «Одуванчик»</p>	<p>Ходьба, бег с движениями рук</p> <p>Бег</p> <p>Прыжки, бег, ходьба</p>	<p>Ориентиры</p> <p>обручи</p>
2	<p>1.Ходьба и бег (5 мин)</p> <p>Ходьба с движениями рук(вверх, вниз, в стороны, круговые движения)4 медленный бег</p>	<p>Ходьба, бег с движениями</p>	<p>Ориентиры</p> <p>обручи</p>

	<p>змейкой вокруг ориентиров</p> <p>2. Подвижная игра «Важенка и олени» Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. На площадке нарисовано несколько кругов (можно обручи), в каждом из них находится важенка и двое оленят. Волк сидит за сопкой (на другом конце площадки). На слова ведущего: Бродит в тундре важенка, С нею олени. Топают по лужам Олени малые Терпеливо слушая Наставленья мамыны Играющие олени свободно бегают по тундре, наклоняются, едят траву, пьют воду. На слова « волк идет!» олени и важенки убегают в свои домики (круги). Пойманных оленей волк уводит к себе.</p> <p>«Звери и птицы» Описание игры. Игра проводится в зимнее время года, количество игроков не ограничено. Перед игрой следует предупредить игроков, что необходимо, как можно точнее скопировать движение животного или птицы. Ведущий называет птицу «утка», игроки разводят руки в стороны и плавно машут ими, словно крыльями. Зверь «заяц», игроки выполняют прыжки в приседе и т.д. Победителем становится тот, кто более точно копирует движение зверя или птицы.</p> <p>3. Упражнение на дыхание «Одуванчик»</p>	<p>рук</p> <p>Бег</p> <p>Прыжки, бег, ходьба</p>	
3	<p>1. Ходьба и бег (5 мин) Ходьба с различными движениями рук; медленный бег с высоким подниманием колен, приставным шагом</p> <p>2. Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз» Описание игры. Участники встают парами, лицом друг к другу и хлопают в ладоши, приговаривая: «Холодные льдинки, прозрачные льдинки, сверкают, звенят: дзинь, дзинь» Делают хлопок на каждый на каждое слово: вначале в свои ладоши, затем в ладоши своего товарища. Хлопают и говорят: «дзинь, дзинь» - пока не услышат сигнал «Ветер». На этот сигнал дети разбегаются в разные стороны. На сигнал « Мороз» дети возвращаются в пары и берутся за руки.</p> <p>«Ловля оленей» Описание игры. Игра проводится в любое время года. Количество участников не ограничено. Участники делятся на две команды. Одни - олени, другие пастухи. Пастухи берутся за руки и стоят полукругом лицом к оленям. Олени бегают по очерченной площадке. По сигналу «Лови!» пастухи стараются поймать оленей и замкнуть круг.</p> <p>Правила игры. Ловить оленей можно только по сигналу. Круг замыкают тогда, когда поймано большее</p>	<p>Бег, ходьба с движениями рук</p> <p>Бег</p> <p>бег</p>	

	число игроков. Олени стараются не попадать в круг, но не имеют вырываться из круга, если их замкнут, лучшими игроками считаются те игроки, которые были пойманы последними. 3.Упражнение на дыхание		
4	<p>1.Ходьба и бег (5 мин) Ходьба с различными движениями рук; медленный бег с высоким подниманием колен, приставным шагом</p> <p>2.Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз» Описание игры. Участники встают парами, лицом друг к другу и хлопают в ладоши, приговаривая: «Холодные льдинки, прозрачные льдинки, сверкают, звенят: дзинь, дзинь» Делают хлопок на каждый на каждое слово: вначале в свои ладоши, затем в ладоши своего товарища. Хлопают и говорят: «дзинь, дзинь» - пока не услышат сигнал «Ветер». На этот сигнал дети разбегаются в разные стороны. На сигнал « Мороз» дети возвращаются в пары и берутся за руки. «Ловля оленей» Описание игры. Игра проводится в любое время года. Количество участников не ограничено. Участники делятся на две команды. Одни - олени, другие пастухи. Пастухи берутся за руки и стоят полукругом лицом к оленям. Олени бегают по очерченной площадке. По сигналу «Лови!» пастухи стараются поймать оленей и замкнуть круг. Правила игры. Ловить оленей можно только по сигналу. Круг замыкают тогда, когда поймано большее число игроков. Олени стараются не попадать в круг, но не имеют вырываться из круга, если их замкнут, лучшими игроками считаются те игроки, которые были пойманы последними. 3.Упражнение на дыхание</p>	Бег, ходьба с движениями рук	
Неделя	Содержание занятий	Основные движения	Оборудование
	октябрь		
1	<p>1.Ходьба и бег (5 мин) Ходьба с движениями рук(вверх, вниз, в стороны, круговые движения)4 медленный бег змейкой вокруг ориентиров</p> <p>2. Подвижная игра «ЛОВКИЙ ОЛЕНЕВОД» Цель: развивать ловкость, упражнять в метании. Правила игры: За каждый удачный бросок даётся флажок. У кого больше флажков, тот считается выигравшим. В стороне площадки ставится фигура оленя на расстоянии 3-4 м. проводится линия. Оленеводы располагаются шеренгой лицом к оленю. В порядке очередности бросают мяч правой рукой.</p> <p>«ОХОТНИКИ И ЗАЙЦЫ» Цель: учит детей прыгать на двух ногах, продвигаясь вперёд мягко, на носочках, метко бросать мяч.</p>	Ходьба, бег с движениями рук Бег	Ориентиры обручи

	<p>Закрепляет знание о труде северян - охотников.</p> <p>Правила игры: После 3-х повторений игры проводится подсчёт подстреленных . На одной стороне площадки очерчивается круг для охотника, на другой стороне – кружочками – места для зайцев (в каждом кружке по два зайца). Охотник обходит площадку, как бы высматривая заячьи следы, затем возвращается к себе. По сигналу воспитателя «Выбежали на полянку зайцы» дети выходят из своих домиков-кружков и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперёд.</p> <p>По сигналу «Охотник!» зайцы останавливаются, поворачивается к охотнику спиной, а он, не сходя с места, бросает в них мяч. Тот заяц, в которого попал мяч, считается подстреленным, и охотник уводит его к себе зайцев, затем выбирается новый охотник.</p> <p>3.Упражнение на дыхание «Одуванчик»</p>	Прыжки, бег, ходьба	
2.	<p>1.Ходьба и бег (5 мин) Ходьба с движениями рук(вверх, вниз, в стороны, круговые движения)4 медленный бег змейкой вокруг ориентиров</p> <p>2. Подвижная игра «ЛОВКИЙ ОЛЕНЕВОД» Цель: развивать ловкость, упражнять в метании. Правила игры: За каждый удачный бросок даётся флажок. У кого больше флажков, тот считается выигравшим.</p> <p>В стороне площадки ставится фигура оленя на расстоянии 3-4 м. проводится линия. Оленеводы располагаются шеренгой лицом к оленю. В порядке очередности бросают мяч правой рукой.</p> <p>«ОХОТНИКИ И ЗАЙЦЫ» Цель: учит детей прыгать на двух ногах, продвигаясь вперёд мягко, на носочках, метко бросать мяч. Закрепляет знание о труде северян - охотников.</p> <p>Правила игры: После 3-х повторений игры проводится подсчёт подстреленных з На одной стороне площадки очерчивается круг для охотника, на другой стороне – кружочками – места для зайцев (в каждом кружке по два зайца). Охотник обходит площадку, как бы высматривая заячьи следы, затем возвращается к себе. По сигналу воспитателя «Выбежали на полянку зайцы» дети выходят из своих домиков-кружков и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперёд.</p> <p>По сигналу «Охотник!» зайцы останавливаются, поворачивается к охотнику спиной, а он, не сходя с места, бросает в них мяч. Тот заяц, в которого попал мяч, считается подстреленным, и охотник уводит его к себе зайцев, затем выбирается новый охотник.</p> <p>3.Упражнение на дыхание «Одуванчик»</p>	Ходьба, бег с движениями рук Бег Прыжки, бег, ходьба	Ориентиры обручи
3.	1.ходьба, бег по кругу, с заданием для рук, ног		

«СОКОЛ И ЛИСА»

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Правила игры: Время появления лисы определяется сигналом ведущего. Лиса ловит только тех, кто не присел. Выбираются сокол и лиса, остальные дети – соколята. Сокол учит своих соколят летать. Он легко бегаёт в разных направлениях и одновременно производит руками разные летательные движения (вверх, в стороны, вперед) и ещё придумывает какое-нибудь более сложное движение руками. Стайка соколят бежит за соколом и следит за его движениями. Они должны точно повторять движения сокола. В это время вдруг выскакивает из норы лиса. Соколята быстро приседают на корточки, чтобы лиса их не заметила.

«РУЧЕЙКИ И ОЗЕРА»

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Правила игры: Бегать надо друг за другом, не выходя из своей колонны. Строиться в круг можно только по сигналу.

Игроки стоят в пяти-семи колоннах, с одинаковым количеством играющих в разных концах зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги – озера. Выигрывают те дети, которые быстрее построят круг.

1. Самомассаж рук, лица, ушей

4.

1. Ходьба, бег по кругу, с заданием для рук, ног

«СОКОЛ И ЛИСА»

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Правила игры: Время появления лисы определяется сигналом ведущего. Лиса ловит только тех, кто не присел. Выбираются сокол и лиса, остальные дети – соколята. Сокол учит своих соколят летать. Он легко бегаёт в разных направлениях и одновременно производит руками разные летательные движения (вверх, в стороны, вперед) и ещё придумывает какое-нибудь более сложное движение руками. Стайка соколят бежит за соколом и следит за его движениями. Они должны точно повторять движения сокола. В это время вдруг выскакивает из норы лиса. Соколята быстро приседают на корточки, чтобы лиса их не заметила.

«РУЧЕЙКИ И ОЗЕРА»

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Правила игры: Бегать надо друг за другом, не выходя из своей колонны. Строиться в круг можно только по сигналу.

Игроки стоят в пяти-семи колоннах, с одинаковым количеством играющих в разных концах зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги – озера. Выигрывают те дети, которые быстрее построят круг.

2. Самомассаж рук, лица, ушей

Группа подготовительного дошкольного возраста

Неделя	Содержание занятий	Основные движения	Оборудование
сентябрь			
1	<p>1.Ходьба в колонне между кеглями(5 мин)</p> <p>2. Подвижная игра «Гонки на оленях» Дети бегут парами (первый - олень, второй - каюр) между кочками (кубы), обегают дерево (стойку) и возвращаются обратно. Побеждает та команда, которая первая закончит эстафету.</p> <p>«Берегись охотника» Описание игры. Игра проводится в любое время года, количество игроков не ограничено. У одного из игроков в руках хвост лисы или песка. Водящий старается догнать и запятнать того, кто бежит с хвостом, но сделать это непросто: участники игры на бегу передают хвост друг другу. Когда «охотник» запятнает игрока с хвостом, они меняются ролями. В конце игры определяют игрока, который ни разу не был водящим.</p> <p>3.Упражнение на дыхание «Одуванчик»</p>	<p>Ходьба, удержание равновесия</p> <p>Бег с изменением направления движения</p> <p>Бег</p>	<p>кегли</p> <p>кегли</p> <p>лента</p>
2	<p>1.Ходьба в колонне, между кеглями(5 мин)</p> <p>2. Подвижная игра «Гонки на оленях» Дети бегут парами (первый - олень, второй - каюр) между кочками (кубы), обегают дерево (стойку) и возвращаются обратно. Побеждает та команда, которая первая закончит эстафету.</p> <p>«Берегись охотника»</p>	<p>Ходьба, удержание равновесия</p> <p>Бег с изменением направления</p>	<p>кегли</p> <p>кегли</p> <p>лента</p>

	<p>кустами. На сигнал «Охотники!» все куропатки прячутся за кустами, а охотники их ловят (бросают мяч в ноги). На сигнал «Охотники ушли!» игра продолжается: куропатки опять летают. Правила игры. Убегать и стрелять можно только по сигналу. Стрелять следует только в ноги убегающих.</p> <p>«Ловля оленей» Описание игры. Игра проводится в любое время года. Количество участников не ограничено. Участники делятся на две команды. Одни - олени, другие пастухи. Пастухи берутся за руки и стоят полукругом лицом к оленям. Олени бегают по очерченной площадке. По сигналу «Лови!» пастухи стараются поймать оленей и замкнуть круг. Правила игры. Ловить оленей можно только по сигналу. Круг замыкают тогда, когда поймано большее число игроков. Олени стараются не попадать в круг, но не имеют вырваться из круга, если их замкнут, лучшими игроками считаются те игроки, которые были пойманы последними.</p> <p>3. Упражнение на дыхание</p>	<p>Бег</p> <p>бег</p>	

Неделя	Содержание занятий	Основные движения	Оборудование
октябрь			
1	<p>1. Ходьба в колонне между кеглями (5 мин)</p> <p style="text-align: center;">2. Подвижная игра «ЗДРАВСТВУЙ, ДОГОНИ!»</p> <p>Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.</p> <p>Правила игры: Здороваться можно только правой рукой. Говорить «Догони» надо у порога дома игрока-партнера. Выигрывает тот, кто догонит. В гости можно идти по-разному: важно, не торопясь; радостно, вприпрыжку; идти, как солдаты в строю, как клоуны в цирке, и т. д. Игроки стоят лицом друг к другу в середине площадки, по краям ее обозначают дома. Затем пары образуют две шеренги, которые расходятся по своим домам. Каждый представитель первой шеренги идет в гости и подает правую руку тому, с кем он стоял в паре, говоря:</p> <p>- Здравствуй! Ребенок-охотник отвечает: - Здравствуй! Гость говорит:</p>	<p>Ходьба, удержание равновесия</p> <p>Бег с изменением направления движения</p> <p>Бег</p>	<p>кегли</p> <p>кегли</p> <p>обручи</p>

	<p>- Догони! И бежит в свой дом, хозяин его догоняет. Дети по очереди ходят друг к друг в гости.</p> <p>Вариант: дети встают по кругу, здороваются и бегут по заданию в разные стороны, кто быстрее прибежит.</p> <p style="text-align: center;">«ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА» (средняя, старшая, подготовительная группы)</p> <p>Цель: воспитывать ловкость, смелость, силу.</p> <p>Правила игры: Начинать перетягивание каната можно только по сигналу. Команда, перешагнувшая черту, считается побежденной.</p> <p>Вся группа делится на два звена. Чертится линия, по середине каната завязывается узел, который на пол на черту. По команде воспитателя «Тяни!» обе команды начинают тянуть канат в свою сторону. Кто перетянет, тот и выиграл.</p> <p>На площадке проводится черта. Играющие делятся на две команды и встают по обе стороны черты, держа в руках канат.</p> <p>По сигналу водящего «Раз, два, три – начни!» каждая команда старается перетянуть соперника на свою сторону. Чья команда сумеет это сделать, та считается победительницей, ей вручают сувениры. Как на празднике оленеводов.</p> <p>3.Игра на внимание.</p>		
2.	<p>1.Ходьба в колонне между кеглями(5 мин)</p> <p style="text-align: center;">2. 2. Подвижная игра «ЗДРАВСТВУЙ, ДОГОНИ!»</p> <p>Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.</p> <p>Правила игры: Здороваться можно только правой рукой. Говорить «Догони» надо у порога дома игрока-партнера. Выигрывает тот, кто догонит. В гости можно идти по-разному: важно, не торопясь; радостно, вприпрыжку; идти, как солдаты в строю, как клоуны в цирке, и т. д. Игроки стоят лицом друг к другу в середине площадки, по краям ее обозначают дома. Затем пары образуют две шеренги, которые расходятся по своим домам. Каждый представитель первой шеренги идет в гости и подает правую руку тому, с кем он стоял в паре, говоря:</p> <p>- Здравствуй! Ребенок-охотник отвечает:</p>		

	<p>- Здравствуй! Гость говорит: - Догони! И бежит в свой дом, хозяин его догоняет. Дети по очереди ходят друг к друг в гости.</p> <p>Вариант: дети встают по кругу, здороваются и бегут по заданию в разные стороны, кто быстрее прибежит.</p> <p style="text-align: center;">«ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА» <i>(средняя, старшая, подготовительная группы)</i></p> <p>Цель: воспитывать ловкость, смелость, силу. Правила игры: Начинать перетягивание каната можно только по сигналу. Команда, перешагнувшая черту, считается побежденной. Вся группа делится на два звена. Чертится линия, по середине каната завязывается узел, который на пол на черту. По команде воспитателя «Тяни!» обе команды начинают тянуть канат в свою сторону. Кто перетянет, тот и выиграл.</p> <p>На площадке проводится черта. Играющие делятся на две команды и встают по обе стороны черты, держа в</p> <p style="padding-left: 40px;">руках канат.</p> <p>По сигналу водящего «Раз, два, три – начни!» каждая команда старается перетянуть соперника на свою сторону. Чья команда сумеет это сделать, та считается победительницей, ей вручают сувениры. Как на празднике оленеводов.</p> <p>3.Игра на внимание.</p>		
3.	<p>1. Ходьба, бег с заданиями</p> <p style="text-align: center;">«БОРЬБА НА ПАЛКЕ» традиционная игра ненецких рыбаков</p> <p>Цель: развивать выдержку, силу, ловкость.</p> <p>Правила игры: Начинать перетягивать палку следует одновременно по сигналу. Во время перетягивания палки нельзя менять положение ступней ног.</p>		Палка, доска

На площадке чертится черта. Двое играющих садятся по обе стороны черты лицом друг к другу и, держась за палку двумя руками, упираясь ступнями ног о ступни ног другого. По команде начинают тянуть палку.

Чертится линия. Двое играющих садятся по обе стороны черты лицом друг к другу. Держась за палку двумя руками и упираясь ступнями ног о ступни другого, начинают перетягивать друг друга. Выигрывает тот, кто перетянет соперника за черту.

«ПРЫЖКИ ЧЕРЕЗ НАРТЫ»

Цель: развитие ловкости, упражнение в прыжках на двух ногах.

Правила игры: Выигрывает тот, кто ни разу не заденет санки.

В ряд ставятся санки (5-6 штук) параллельно друг другу на расстоянии 40-50 см. Играющие в порядке очередности прыгают через них.

«ТРОЙНОЙ ПРЫЖОК»

Цель: упражнять в энергичных прыжках с ноги на ногу.

Правила игры: Начинать прыгать надо от черты. Прыгать можно только указанным способом.

Чертится линия. Играющие прыгают в порядке очередности. Делают три прыжка с ноги на ногу, начиная от черты. Побеждает тот, кто дальше прыгнет.

На снегу проводится черта, играющие становятся за нею. По очереди они прыгают от черты вперед: в первых двух прыжках прыгают с одной ноги на другую, в третьем прыжке приземляются на обе ноги. Выигрывает тот, кто прыгнул дальше.

Игра проводится с распределением детей по звеньям. В каждое звено входит от двух до четырех человек. Все дети одного звена выходят к черте одновременно. По сигналу они все вместе начинают прыгать. Выигрывает звено, участники которого прыгают дальше.

3. упражнения на дыхание

4.	<p>1. Ходьба, бег с заданиями</p> <p style="text-align: center;">«БОРЬБА НА ПАЛКЕ» традиционная игра ненецких рыбаков</p> <p>Цель: развивать выдержку, силу, ловкость.</p> <p>Правила игры: Начинать перетягивать палку следует одновременно по сигналу. Во время перетягивания палки нельзя менять положение ступней ног.</p> <p>На площадке чертится черта. Двое играющих садятся по обе стороны черты лицом друг к другу и, держась за палку двумя руками, упираясь ступнями ног о ступни ног другого. По команде начинают тянуть палку.</p> <p>Чертится линия. Двое играющих садятся по обе стороны черты лицом друг к другу. Держась за палку двумя руками и упираясь ступнями ног о ступни другого, начинают перетягивать друг друга. Выигрывает тот, кто перетянет соперника за черту.</p> <p style="text-align: center;">«ПРЫЖКИ ЧЕРЕЗ НАРТЫ»</p> <p>Цель: развитие ловкости, упражнение в прыжках на двух ногах.</p> <p>Правила игры: Выигрывает тот, кто ни разу не заденет санки.</p> <p>В ряд ставятся санки (5-6 штук) параллельно друг другу на расстоянии 40-50 см. Играющие в порядке очередности прыгают через них.</p> <p style="text-align: center;">«ТРОЙНОЙ ПРЫЖОК»</p> <p>Цель: упражнять в энергичных прыжках с ноги на ногу.</p> <p>Правила игры: Начинать прыгать надо от черты. Прыгать можно только указанным способом.</p> <p>Чертится линия. Играющие прыгают в порядке очередности. Делают три прыжка с ноги на ногу, начиная от черты. Побеждает тот, кто дальше прыгнет.</p> <p>На снегу проводится черта, играющие становятся за нею. По очереди они прыгают от черты вперед: в первых двух прыжках прыгают с одной ноги на другую, в третьем прыжке приземляются на обе ноги. Выигрывает тот, кто прыгнул дальше.</p>		
----	---	--	--

	<p>Игра проводится с распределением детей по звеньям. В каждое звено входит от двух до четырех человек. Все дети одного звена выходят к черте одновременно. По сигналу они все вместе начинают прыгать. Выигрывает звено, участники которого прыгают дальше.</p>		
--	--	--	--

3. упражнения на дыхание

