

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 560
Выборгского района Санкт-Петербурга**

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
ГБОУ школы №560
Протокол №5
от “31.05.2024”

СОГЛАСОВАНО
Советом родителей
ГБОУ школы №560
Протокол №3
от “31.05.2024”

УТВЕРЖДЕНО
директор ГБОУ школы №560
Тужикова Е.М.
Приказ № 19-ОД
от “31.05.2024”

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
для групп общеразвивающей направленности
ГБОУ школы № 560
(структурное подразделение ДОУ)
на 2024-2025 учебный год

Возраст обучающихся от 3-7 лет
Срок реализации 1 год

Санкт-Петербург
2024

СОДЕРЖАНИЕ

| | Наименование раздела | Стр. |
|------------|--|------|
| I | ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ | 3 |
| 1. | Пояснительная записка | 3 |
| 1.1. | Цель и задачи Программы | 3 |
| 1.2. | Принципы и подходы к формированию Программы | 4 |
| 1.3. | Значимые для разработки и реализации Программы характеристики | 5 |
| 1.4. | Планируемые результаты освоения Программы | 6 |
| II | СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | 10 |
| 2.1. | Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка (в пяти образовательных областях) | 10 |
| 2.2. | Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников | 11 |
| 2.3. | Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников | 13 |
| 2.4. | Организация мониторинга по Программе | 15 |
| 2.5. | Рабочая программа воспитания | 16 |
| 2.6. | Примерный календарный план воспитательной работы | 16 |
| III | ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ | 17 |
| 3.1. | Материально-техническое обеспечение Программы | 17 |
| 3.2. | Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания | 17 |
| 3.3. | Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды | 19 |
| 3.4. | Режим дня. Образовательная деятельность | 19 |
| 3.5. | Комплексно-тематическое планирование | 21 |

І ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по развитию детей групп общеразвивающей направленности (Далее – Программа) разработана инструктором по физическому воспитанию Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа № 560 Выборгского района Санкт-Петербурга (дошкольное отделение) на основе образовательной программы дошкольного образования Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа № 560 Выборгского района Санкт-Петербурга (дошкольное отделение) (далее по тексту ДОУ) . Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса групп общеразвивающей направленности по развитию детей с 3 до 7 летнего возраста в ДОУ.

Рабочая программа предусматривает проведение физкультурных занятий 2 раза в неделю в группах раннего возраста, 3 раза в неделю для групп младшего (3-4) и среднего (4-5) возраста, 3 занятия физической культурой, одно из которых проводится на открытом воздухе для старшей (5-6 лет) и подготовительной (6-7 лет) групп .

1.1. Цель и задачи Программы

Цель программы: формирование основ здорового образа жизни, его направленность на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребенка. Содержание программы учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей.

| Задачи физического развития | | |
|--|---|--|
| Оздоровительные | Образовательные | Воспитательные |
| <ul style="list-style-type: none">охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;всестороннее физическое совершенствование функций организма;повышение работоспособности и закаливание | <ul style="list-style-type: none">формирование двигательных умений и навыков;развитие физических качеств;овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья | <ul style="list-style-type: none">формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;разностороннее, гармоничное развитие ребенка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое) |
| Средства физического развития | | |
| Физические упражнения | природные факторы | Психогигиенические факторы |
| Методы физического развития | | |
| Наглядные | Словесные | Практические |

| | | |
|---|---|--|
| <p>наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); наглядно-слуховые приемы (музыкальное сопровождение, пояснение); тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога)</p> | <p>объяснения, пояснения, указания; подача команд, распоряжений, сигналов; вопросы к детям; образный сюжетный рассказ, беседа; словесная инструкция</p> | <p>повторение упражнений без изменения и с изменениями; проведение упражнений в игровой форме; проведение упражнений в соревновательной форме участие в соревнованиях, Днях Здоровья, фестивалях, Олимпийских играх для детей дошкольного возраста</p> |
|---|---|--|

Цель и задачи реализации индивидуального образовательного маршрута педагога «Профессиональные достижения»

Тема: «Оптимизация двигательной активности дошкольников»

Цель: выявление спортивных способностей у детей, повышение интереса к занятиям физической культуры и привлечение родителей к участию в спортивных мероприятиях учреждения и города.

Задачи профессионального развития:

- Внедрение ФГОС, изучение профессионального стандарта педагога
- Разработка и внедрение индивидуального образовательного маршрута для детей от 3 до 7 лет (используя образовательную область) физическое развитие
- Повышение профессиональной компетентности через самообразование, повышение квалификации, участие в методическом объединении преподавателей физкультуры.

1.2. Принципы и подходы к формированию программы.

Программа разработана в соответствии с культурно-историческим, деятельностным и личностным подходами к проблеме развития детей дошкольного возраста;

- направлена на охрану и укрепление здоровья воспитанников, их всестороннее (физическое, социально-личностное, познавательно-речевое, художественно-эстетическое) развитие;

- отвечает принципу внутренней непротиворечивости выдвигаемых основных теоретических положений, формулируемых целей и задач, форм и методов работы;

- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;

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

- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму»);

- строится на адекватных возрасту видах деятельности и формах работы с детьми;

- в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников строится с учетом принципов целостности и интеграции содержания дошкольного образования;

- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

- обеспечивает осуществление образовательного процесса в двух основных организационных моделях, включающих: 1) совместную деятельность взрослого и детей, 2) самостоятельную деятельность детей;

- учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;

- обеспечивает преемственность с примерными основными образовательными программами начального общего образования, исключая дублирование программных областей знаний и обеспечивающую реализацию единой линии общего развития ребенка на этапах дошкольного и школьного детства;

- направлена на взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития ребенка, обеспечения равных условий образования детей дошкольного возраста независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности.

Возрастная адекватность – один из главных критериев выбора педагогами форм образовательной работы и видов детской деятельности, ведущей из которых является игра. Содержание Программы в полном объеме может быть реализовано в совместной деятельности педагогов и детей, а также через оптимальную организацию самостоятельной деятельности детей. Под *совместной деятельностью взрослых и детей* понимается деятельность двух и более участников образовательного процесса (взрослых и воспитанников) по решению

образовательных задач на одном пространстве и в одно и то же время. Она отличается наличием партнерской позиции взрослого и партнерской формой организации (сотрудничество взрослого и детей, возможность свободного размещения, перемещения и общения детей в процессе образовательной деятельности), предполагает сочетание индивидуальной, подгрупповой и групповой форм организации работы с воспитанниками. Под *самостоятельной деятельностью детей* понимается: 1) свободная деятельность воспитанников в условиях созданной педагогами предметно-развивающей среды, обеспечивающая выбор каждым ребенком деятельности по интересам и позволяющая ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально.

Принцип интеграции содержания дошкольного образования – альтернатива предметному принципу построения образовательных программ. Цель и задачи содержания дошкольного образования каждой образовательной области должны решаться и в ходе реализации других областей Программы. Предлагаемое условное деление направлений развития детей на образовательные области вызвано наличием специфических задач, содержания, форм и методов дошкольного образования, а также потребностями массовой практики.

В основу реализации *комплексно-тематического принципа* построения Программы положен примерный календарь праздников и единство лексических тем обеспечивающих :

- «проживание» ребенком содержания дошкольного образования во всех видах детской деятельности;
- социально-личностную ориентированность и мотивацию всех видов детской деятельности в ходе подготовки и проведения праздников;
- поддержание эмоционально-положительного настроения ребенка в течение всего периода освоения Программы,
- возможность реализации принципа построения программы «по спирали», или от простого к сложному,
- выполнение функции сплочения общественного и семейного дошкольного образования.

1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики Характеристика групп

В ДОУ функционирует 4 группы общеразвивающей направленности для детей с 3 до 7 лет.

Занятия по физическому воспитанию по Программе посещают воспитанники четырех групп:

- младшая группа (20 человек)– общеразвивающей направленности;
- средняя группа (22 человека) – общеразвивающей направленности. средняя
- старшая группа (22 человек) – общеразвивающей направленности.
- подготовительная группа (22 человек) – общеразвивающей направленности

Образовательный процесс строится с учётом данных, которые приведены в рабочих программах воспитателей (возрастные группы от 3 до 7 лет) и медицинским работником.

1.4. Планируемые результаты

Планируемые результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой *возрастные характеристики возможных достижений ребенка в процессе дошкольного образования и к его завершению.*

К трем годам:

у ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам;

ребенок стремится к общению со взрослыми, реагирует на их настроение;

ребенок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; играет рядом.

в игровых действиях ребенок отображает действия взрослых, их последовательность, взаимосвязь;

ребенок эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;

ребенок владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами; проявляет интерес к стихам, сказкам, повторяет отдельные слова и фразы за взрослым; рассматривает картинки, показывает и называет предметы, изображенные на них;

ребенок понимает и выполняет простые поручения взрослого;

ребенок активно действует с окружающими его предметами, знает названия, свойства и назначение многих предметов, находящихся в его повседневном обиходе: различает и называет основные цвета, формы предметов, ориентируется в основных пространственных и временных отношениях;

ребенок использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими;

ребенок владеет основными гигиеническими навыками, простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и др.);

ребенок стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;

ребенок с удовольствием слушает музыку, подпевает, выполняет простые танцевальные движения; ребенок эмоционально откликается на красоту природы и произведения искусства; осваивает основы изобразительной деятельности (лепка, рисование) и конструирования.

К четырем годам:

ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;

ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

ребенок владеет культурно-гигиенические навыки: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;

ребенок проявляет доверие к миру, положительно оценивает себя, говорит о себе в первом лице;

ребенок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен, спокойно играет рядом с детьми;

ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами («можно», «нельзя»), демонстрирует стремление к положительным поступкам;

ребенок включается охотно в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;

ребенок демонстрирует интерес к сверстникам, к взаимодействию в игре, в повседневном общении и бытовой деятельности, владеет элементарными средствами общения в процессе взаимодействия со сверстниками;

ребенок владеет игровыми действиями с игрушками и предметами-заместителями, разворачивает игровой сюжет из нескольких эпизодов;

ребенок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;

ребенок принимает участие в несложной совместной познавательной деятельности, принимает цель и основные задачи деятельности, образец и инструкцию взрослого, стремится завершить начатое действие;

ребенок демонстрирует познавательную активность в деятельности, проявляет эмоции удивления в процессе познания, отражает в общении и совместной деятельности со взрослыми и сверстниками, полученные представления о предметах и объектах ближайшего окружения, задает вопросы констатирующего характера;

ребенок проявляет интерес к миру, потребность в познавательном общении со взрослыми; демонстрирует стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, к простейшему экспериментированию;

ребенок демонстрирует умения вступать в речевое общение со знакомыми взрослыми: понимает обращенную к нему речь, отвечает на вопросы, используя простые распространенные предложения; проявляет речевую активность в общении со сверстником; здоровается и прощается с воспитателем и детьми, благодарит за обед, выражает просьбу, узнает содержание прослушанных произведений по иллюстрациям, эмоционально откликается; совместно со взрослым пересказывает знакомые сказки, читает короткие стихи.

К пяти годам:

ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;

ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;

ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания; стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;

ребенок владеет знаниями и разными способами деятельности для решения поставленных взрослым задач, проявляет самостоятельность, умеет работать по образцу, слушать взрослого и выполнять его задания, достигать запланированного результата;

ребенок демонстрирует активность в общении, решает бытовые и игровые задачи посредством общения со взрослыми и сверстниками; без напоминания взрослого здоровается и прощается, говорит «спасибо» и «пожалуйста»;

ребенок выполняет самостоятельно знакомые правила общения со взрослыми, внимателен к словам и оценкам взрослого, стремится к познавательному, интеллектуальному общению со взрослыми: задает много вопросов поискового характера, стремится к положительным формам поведения, замечает ярко выраженное эмоциональное состояние сверстника или близких, по примеру воспитателя проявляет сочувствие;

ребенок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению воспитателя может договориться со сверстниками, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;

ребенок проявляет творчество в создании игровой обстановки, в театрализации; в играх наблюдается разнообразие сюжетов; проявляет самостоятельность в выборе и использовании предметов-заместителей, активно включается в ролевой диалог со сверстниками, выдвигает игровые замыслы, в играх с правилами принимает игровую задачу;

ребенок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;

ребенок проявляет познавательный интерес к труду взрослых, профессиям, технике; отражает эти представления в играх; способен использовать исследовательские действия для выделения качеств и свойств предметов и материалов, рассказать о предмете, его назначении и особенностях, о том, как он был создан; самостоятелен в самообслуживании; стремится к выполнению трудовых обязанностей, охотно включается в совместный труд со взрослыми или сверстниками;

ребенок проявляет высокую активность и любознательность, задает много вопросов поискового характера; имеет некоторый опыт деятельности и запас представлений об окружающем мире, с помощью воспитателя активно включается в деятельность экспериментирования, в процессе совместной исследовательской деятельности активно познает и называет свойства и качества предметов, особенности объектов природы, исследовательские действия; объединяет предметы и объекты в видовые категории с указанием характерных признаков;

ребенок инициативен в разговоре, речевые контакты становятся более длительными и активными, использует разные типы реплик и простые формы объяснительной речи; большинство звуков произносит правильно, пользуется средствами эмоциональной и речевой выразительности; самостоятельно пересказывает знакомые сказки, с небольшой помощью взрослого составляет описательные рассказы и загадки; проявляет словотворчество, интерес к языку, с интересом слушает литературные тексты, воспроизводит текст.

К шести годам:

ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;

ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей;

ребенок настроен положительно по отношению к окружающим, охотно вступает в общение с близкими взрослыми и сверстниками, проявляет сдержанность по отношению к незнакомым людям, при общении со взрослыми и сверстниками ориентируется на общепринятые нормы и правила культуры поведения, проявляет любовь к родителям, уважение к воспитателям, интересуется жизнью семьи и детского сада;

ребенок владеет приемами объединения сверстников на совместную деятельность: определять общий замысел, распределять роли, согласовывать действия, оценивать полученный результат и характер взаимоотношений, регулирует свою активность в деятельности, умеет соблюдать очередность и учитывать права других людей, проявляет инициативу в общении и деятельности, задает вопросы различной направленности, слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям;

ребенок проявляет доброжелательность в общении со сверстниками, умеет принимать общий замысел, договариваться, вносить предложения, соблюдает общие правила в игре и совместной деятельности, способен различать разные эмоциональные состояния взрослых и сверстников, учитывает их в своем поведении, откликается на просьбу помочь, в оценке поступков опирается на нравственные представления;

ребенок проявляет активность в стремлении к познанию разных видов труда и профессий, бережно относится к предметному миру как результату труда взрослых, стремится участвовать в труде взрослых, самостоятелен, инициативен в самообслуживании, участвует со сверстниками в разных видах повседневного и ручного труда;

ребенок испытывает интерес к событиям, находящимся за рамками личного опыта, фантазирует, сочиняет разные истории, предлагает пути решения проблем, имеет представления о социальном, предметном и природном мире;

ребенок владеет представлениями о безопасном поведении, соблюдает правила безопасного поведения в разных видах деятельности, демонстрирует умения правильно и безопасно пользоваться под присмотром взрослого бытовыми предметами и приборами, безопасного общения с незнакомыми животными, владеет основными правилами безопасного поведения на улице;

ребенок проявляет познавательную активность в общении со взрослыми и сверстниками, делится знаниями, задает вопросы; проявляет инициативу и самостоятельность в процессе придумывания загадок, сказок, рассказов, владеет первичными приемами аргументации и доказательства, демонстрирует богатый словарный запас, безошибочно пользуется обобщающими словами и понятиями, самостоятельно пересказывает рассказы и сказки, проявляет избирательное отношение к произведениям определенной тематики и жанра.

К концу дошкольного возраста:

у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества; ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими; соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;

проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;

имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям.

ребенок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;

ребенок способен к осуществлению социальной навигации и соблюдению правил безопасности в реальном и цифровом взаимодействии;

у ребенка выражено стремление заниматься социально значимой деятельностью;

ребенок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить

со сверстниками; старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;

ребенок способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации;

ребенок проявляет положительное отношение к миру, разным видам труда, другим людям и самому себе; стремится сохранять позитивную самооценку; способен откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию (сочувствие, сопереживание, содействие);

ребенок проявляет любознательность, активно задает вопросы взрослым и сверстникам; интересуется субъективно новым и неизвестным в окружающем мире; способен самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать;

ребенок способен предложить собственный замысел и воплотить его в различных деятельности; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации;

ребенок обладает начальными знаниями о природном и социальном мире, в котором он живет: элементарными представлениями из области естествознания, математики, истории, искусства и спорта, информатики и инженерии и т.п.; о себе, собственной принадлежности и принадлежности других людей к определенному полу; составе семьи, родственных отношениях и взаимосвязях, семейных традициях; об обществе, его национально-культурных ценностях; государстве и принадлежности к нему;

ребенок владеет речью как средством коммуникации, познания и творческого самовыражения; знает и осмысленно воспринимает литературные произведения различных жанров; демонстрирует готовность к обучению грамоте;

ребенок способен воспринимать и понимать произведения различных видов искусства, проявлять эстетическое и эмоционально-нравственное отношение к окружающему миру;

ребенок владеет художественными умениями, навыками и средствами художественной выразительности в различных видах деятельности и искусства;

ребенок способен решать адекватные возрасту интеллектуальные, творческие и личностные задачи; применять накопленный опыт для осуществления различных видов детской деятельности, принимать собственные решения и проявлять инициативу;

ребенок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.

II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка (в пяти образовательных областях)

Инструктор по физической культуре учитывает принцип интеграции при проведении непрерывной образовательной деятельности по физическому развитию.

| | | |
|---------------------|---|--|
| Физическое развитие | Включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих | Двигательная деятельность. Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами. |
|---------------------|---|--|

| | | |
|--|---|--|
| | <p>правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).</p> | |
|--|---|--|

2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

Содержание образовательной области «Физическое развитие»

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, приобщению к здоровому образу жизни и гармоничное физическое развитие.

| Образовательная область | Виды детской деятельности | Формы образовательной деятельности |
|-------------------------|---|--|
| «Физическое развитие» | Двигательная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, игровая, музыкально-художественная. | Утренняя гимнастика, подвижные игры с правилами, народные подвижные игры, игровые упражнения, двигательные паузы, спортивные перебежки, соревнования и праздники, эстафеты, физкультминутки, реализация проектов, групповая образовательная деятельность в спортивном зале |
| | | Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни |

| | | |
|--|---|---|
| | Двигательная, игровая, коммуникативная, трудовая, музыкально-художественная | Игровые упражнения, упражнения на развитие мелкой моторики, дидактические игры, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, двигательная активность на прогулке, беседы, игровые проблемные ситуации, викторины, реализация проектов. |
| | Овладение основами безопасного поведения детей дошкольного возраста | |
| | коммуникативная, музыкально-художественная, двигательная. | Игровые проблемные ситуации, беседы, дидактические и подвижные игры, рассматривание картин и иллюстраций, слушание художественных произведений, викторины, реализация проектов. |

Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни

Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в дошкольном учреждении.

Гигиенические основы организации деятельности: необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и т.п. Инструктор по физической культуре создает условия для проявления детьми здоровьесберегающей компетентности, инициирует самостоятельность и активность детей в здоровьесберегающем поведении, в соблюдении культурно-гигиенических навыков.

Вовлекает детей в решение разнообразных проблемных игровых и практических ситуаций, в которых дети применяют накопленный опыт, умения и навыки здоровьесбережения: как оказать первую помощь, как заботиться о своем организме.

В беседах с детьми педагог углубляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и прочее), закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики, необходимости активного пребывания на свежем воздухе для укрепления здоровья. В увлекательной, наглядно-практической форме педагог обогащает представления детей об организме (органы чувств, движения, пищеварения, дыхания), его потребностях, способах ухода за ним, о предупреждении травматизма.

В совместной проектной деятельности педагог предлагает детям создать наглядные пособия (модели, плакаты, макеты, коллажи), позволяющие закрепить представления об основах здорового образа жизни. В рамках длительных проектов старшие дошкольники участвуют в создании полезных подарков для детей других групп детского сада педагог обсуждает вместе с детьми и организует выставки детских или совместно подготовленных с родителями коллекций.

Дети знакомятся со стихами, пословицами, поговорками о здоровье, закаливании, гигиене, культуре еды. Проводит тематические конкурсы, соревнования с участием детей и родителей на темы укрепления здоровья («Военные учения», «Мама, папа и я – спортивная семья»), тематические мероприятия).

Ребенок осваивает опыт безопасного поведения в окружающем мире. Правила и способы безопасного поведения в быту, природе, на улице, в городе, в общении с незнакомыми людьми. Правила обращения с электроприборами. Приемы оказания элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания. Правила обращения за помощью в опасных ситуациях, номер телефона вызова экстренной помощи. Правила безопасной организации индивидуальной и совместной деятельности детей.

Овладение основами безопасного поведения детей дошкольного возраста

Инструктор по физической культуре инициирует самостоятельность и активность детей в соблюдении норм и правил безопасного поведения. Вовлекает детей в решение разнообразных проблемных игровых и практических ситуаций, в которых дети применяют накопленный опыт безопасного поведения. Как оказать первую помощь. Когда необходимо проявить осторожность и осмотрительность в действиях. Как правильно обращаться с острыми предметами. Как вести себя по отношению к незнакомым людям. Что делать при пожаре и т. п.

В беседах с детьми педагог углубляет представления о безопасном поведении, ситуациях предупреждения травматизма, принятия мер предосторожности. Использует детскую художественную литературу для закрепления представлений о безопасном поведении, привлекает детей к анализу поступков литературных героев, причин, вызвавших опасные для жизни ситуации. Дети заучивают рифмованные строки о правилах безопасности в быту и на улице.

В совместной проектной деятельности педагог предлагает детям создать наглядные пособия (модели, плакаты, макеты, коллажи), позволяющие закрепить представления о правилах безопасного поведения. Предлагает придумать и вместе изготовить настольно-печатную игру на тему правил дорожного движения. Можно изготовить макеты комнаты, кухни, где с помощью игровых персонажей разыгрывать ситуации опасного и безопасного поведения в быту, обращения с инструментами, электроприборами. Дети участвуют в обыгрывании вариантов правильного поведения в различных опасных ситуациях. В рамках длительных проектов старшие дошкольники участвуют в создании полезных подарков для детей других групп детского сада («Энциклопедия безопасности», «Правила безопасности в картинках и рисунках»), участвуют в соревнованиях по поисково-спасательным работам.

ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ (ДЕТСТВО ОТ ТРЕХ ДО ЧЕТЫРЁХ ЛЕТ)

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

Конкретное содержание указанных образовательной области зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами Программы и может реализовываться в различных видах деятельности, как сквозных механизмах развития ребёнка.

2.3. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Ведущие цели взаимодействия детского сада с семьёй — создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника.

Основными направлениями взаимодействия с семьями является:

- просвещение родителей с целью повышения правовой и педагогической культуры;
- совместная деятельность с семьёй.

Одним из основных условий для успешной реализации задач образовательной области «Физическое развитие» является тесное взаимодействие с родителями. Совместная деятельность с семьёй — это закрепление приобретённых знаний и опыта детей в физической деятельности. Воспитателям при взаимодействии с семьёй по образовательной области «Физическое развитие» надо сформировать у детей интерес к спортивной стороне окружающей действительности.

Формы организации:

-Беседы,

-Консультации.

-Физкультурный досуг,

-Оформление групповых помещений, физкультурного зала к праздникам.

В течение года выставка совместных работ родители и дети «В здоровом теле – здоровый дух», «Школа мяча»; консультации для родителей «Влияние игрового массажа на здоровье детей», «Физкультура вместе с мамой», «Долгие зимние каникулы», закаливание детского организма»; анкетирование родителей «Спорт в моей жизни».

Образовательная область «Физическая культура»

Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.

Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку);

Стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; Создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.).

Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

План работы с родителями

| Сроки | Содержание | Форма | Ответственный |
|----------|---|--|--|
| Сентябрь | Информация о физической культуре в детском саду | Консультации на родительских собраниях | Инструктор по физической культуре |
| Октябрь | «Воспитание правильной осанки у ребёнка» | Консультация (стендовый материал) | Инструктор по физической культуре |
| Ноябрь | «Осанка – это важно» | Консультация Фотовыставка на сайте. | Инструктор по физической культуре |
| Декабрь | «Мама, папа, я - спортивная семья»» | Спортивный праздник | Инструктор по физической культуре, родители, дети. |

| | | | |
|----------------------|--|--|-----------------------------------|
| Январь | Показ утренней гимнастики | День открытых дверей | Инструктор по физической культуре |
| Февраль | «Мой папа - самый, самый» | Развлечение совместно с родителями Фотовыставка на сайте. | Инструктор по физической культуре |
| Март | «Одежда и здоровье детей» | Консультация Фотовыставка на сайте. | Инструктор по физической культуре |
| Апрель | «Зарядка – это весело» «Растём здоровыми, ловкими, умелыми» | Развлечение, досуг | Инструктор по физической культуре |
| Май-июнь-июль-август | «Подвижные игры летом на прогулке» | Консультация | Инструктор по физической культуре |

2.4. Организация мониторинга по Программе

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемой основной образовательной программой дошкольного образования.

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.

Мониторинг детского развития осуществляется с использованием метода наблюдения, критериальных диагностических методик и тестовых методов. В ходе мониторинга детского развития заполняется таблица. Педагогическая диагностика проводится по образовательной области:

- «Физическое развитие»

Используются различные формы и методы педагогической диагностики:

- систематические наблюдения,
- организация специальной игровой деятельности,
- получение ответов на поставленные задачи через педагогические ситуации,
- анализ продуктов детской деятельности,
- беседы с родителями.

Комплексная педагогическая диагностика выстроена на основе реализуемой в ДОУ программы. Проводится 2 раза в год. Ссылка на наш документ по диагностике:

<http://www.560school.ru/DOU/shkola-560-sp-dou-polozhenie-o-pedagogicheskoy-dia.pdf>

2.5. Рабочая программа воспитания

Рабочая программа воспитания данной возрастной группы разработана на основе Рабочей программы воспитания Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа № 560 Выборгского района Санкт-Петербурга (дошкольное отделение) (далее – Программа воспитания) и определяет содержание и организацию воспитательной работы на уровне дошкольного учреждения.

Ссылка на документ:

http://www.560school.ru/DOU/rabochaja_programma_vospitanija_na_2024-2025_ucheb.pdf

2.6. Примерный календарный план воспитательной работы

На основе рабочей программы воспитания составлен календарный план воспитательной работы (Приложение №1)

Ссылка на документ:

http://www.560school.ru/DOU/kalendarnyj_plan_vospitatelnoj_raboty_2024-2025_u.pdf

III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Физкультурный зал оборудован в строгом соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» и СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» и правилами противопожарной безопасности.

Зал имеет современную материально-техническую базу.

Для эффективного осуществления образовательного процесса в зале используются технические средства обучения (музыкальный центр). Такие как: мягкие модули, скакалки, обручи, мячи (волейбольные, баскетбольные, резиновые, каучуковые, пластмассовые (большие и маленькие), платочки, гимнастические палки, флажки, султанчики, кубики разных размеров, кольца, воротики, флажки, гимнастические скамейки, шведская стенка, канаты, мешочки для метания (50 гр. и 100г.р) и т.п.

3.2. ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ МЕТОДИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ И СРЕДСТВАМИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

Реализация ОП ДО педагогами ДОУ обеспечивается следующими методическими материалами:

| № п/п | Учебно-методический комплекс | Авторы | Гриф |
|-------|---|---|---|
| 1. | Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы»- МОСКВА: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.-368с. | Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой | Рекомендовано Министерством образования РФ |
| 2. | «Формирование культуры безопасности у детей от 3 до 8 лет» – СПб. ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2019.-160с. | Л.Л. Тимофеева | Рекомендовано Министерством образования РФ |
| 3. | Авторская программа «Математика в детском саду»- МОСКВА: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.-368с | В.П. Новикова | Рекомендовано Министерством образования РФ |
| 4. | Программа экологического воспитания в детском саду «Юный эколог» - МОСКВА: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010 | С.Н. Николаева | Рекомендовано Министерством образования РФ |
| 5 | Парциальная программа « Я Люблю Россию!» Парциальная программа. Учебно-методическое пособие. 3-е изд., перераб. и доп.— СПб. ООО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2023. -304с.: ил. | О.Л. Князева, М.Д. Маханева | Рекомендовано Министерством образования РФ, разработано в соответствии с ФГОС, ФОП ДО |
| 6 | Парциальная программа «Обучение грамоте детей дошкольного возраста» СПб. ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2023. -160с. | Н.В. Нищева | Рекомендовано Министерством образования РФ |

| | | | |
|----|---|-----------------|--|
| 7. | Парциальная программа по художественно-эстетическому развитию «Цвет творчества» Дубровская «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2021. -160с. цв.ил. | Н.В. Дубровская | Рекомендовано Министерством образования РФ |
|----|---|-----------------|--|

Литература

- Аксенова З.Ф. «Спортивные праздники в детском саду», ООО ТЦ «Сфера», 2003г.
- Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду», 1992г.
- Буренина А.И. «Ритмическая мозаика», ЛОИРО, 1997г.
- Грядкина Т.С. Образовательная область "Физическая культура". Методический комплект программы "Детство". Изд-во Детство-Пресс, 2012.
- Глазырина Л.Д. Овсянкин В.А. «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста», Издательство «Гуманитарный издательский центр Владос» , 1999г.
- Голицына Н.С. «Физкультурный калейдоскоп для дошкольников» , ООО «Скрипторий 2003», 2006г.
- Зацепина М.Б. «Спортивные праздники и развлечения», «Аркти» 2001г.
- Лапшина Г.А. «Праздники в детском саду», издательство «Учитель» , 2001г.
- Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ», Издательство «Учитель» , 2007г.
- Моргунова О.Н. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ», «Учитель» , 2005г.
- Моргунова О.Н. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ», «Учитель» , 2007г.
- Муллаева Н.Б. «Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников Издательство «Детство-Пресс», 2005г.
- Синкевич Е.А. «Физкультура для малышей» «Детство-Пресс», 1999г.
- Филиппова С.О. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» Издательство «Детство-Пресс», 2005г.
- Харченко Т.Е, «Физкультурные праздники в детском саду», Издательство «Детство-Пресс», 2009г.
- Харченко Т.Е, «Спортивные праздники в детском саду», ООО ТЦ «Сфера» 2013г.
- Харченко Т.Е, «Утренняя гимнастика в детском саду», «Мозаика –синтез», 2006г.
- Шишкина В.А. «Движение + движения», 1992г.
- Мосягина Л.И. «Целостная система физкультурно- оздоровительной работы с детьми раннего и младшего возраста»
- Кириллова Ю.А. «Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 5 до 6»
- Нищева Н.В. «Подвижные и дидактические игры на прогулке

3.3. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ

В физкультурном зале создана благоприятная **развивающая предметно-пространственная среда**, которая осуществляет реализацию образовательной программы и учитывает возрастные особенности детей. При создании развивающей предметно-пространственной среды учитывались следующие принципы:

- Принцип целесообразности и рациональности
- Принцип доступности и открытости
- Принцип активности и самостоятельности
- Принцип индивидуальной комфортности и эмоционального благополучия каждого ребенка
- Принцип трансформируемости пространства

В физкультурном зале, таким образом, представлено образовательное пространство, что позволяет детям разного возраста, развитию физических способностей и росту физического потенциала.

Принцип безопасности – обеспечение ребенка такими материалами и оборудованием, при использовании которых его физическому и психическому здоровью не угрожает опасность, отсутствие предметов и растений, угрожающих здоровью детей.

В физкультурном зале большое количество материала для проведения подвижных игр, основных движений (метание, прыжки, ползание, ходьба, бег) и физкультурно-оздоровительных способностей.

Для достижения результатов в спортивном зале создана развивающая предметно-пространственная среда, которая стимулирует самую разнообразную деятельность ребёнка. Каждому ребёнку предоставлена свобода в выборе средств, для применения физических способностей, удовлетворения своих интересов и любознательности с учётом индивидуальных и возрастных способностей.

Развивающая предметно-пространственная среда не только обеспечивает разнообразные виды активности (умственную, физическую, игровую), но и является своеобразной формой самообразования.

Приоритетным направлением в спортивном зале является использование музыкального сопровождения для проведения подвижных игр, перестроений, общеразвивающих упражнений. Считаю, что в работе с детьми эффективным является личностно-ориентированный подход воспитания, использование которого позволяет вовлечь ребёнка в активный познавательный процесс.

Создание предметно-развивающей среды для детей *младшей группы*: обручи для прыжков на двух ногах, воротики для ползания на четвереньках, маленькие воротики для прокатывания мяча друг другу. Построение в три колонны около кубиков.

3.4. Режим дня

Ежедневная организация жизни и деятельности детей в ДОУ строится на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников.

Режимы дня в разных возрастных группах ДОУ разработаны в строгом соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами (СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 (вступили в силу 01.01.2021г.), СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или)

безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021 №2 (вступил в силу 01.03.2021г.) и правилами противопожарной безопасности.

Режим дня имеет рациональную продолжительность и предполагает разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение их пребывания в учреждении. Режим дня соответствует возрастным психофизиологическим особенностям детей дошкольного возраста и способствует их гармоничному развитию.

Режим дня является основой организации образовательного процесса в дошкольном учреждении в соответствии со временем пребывания ребёнка в детском саду – 12 часов при пятидневной рабочей неделе.

Выделяются следующие режимные процессы: утренний приём детей, организация питания, утренняя и вечерняя прогулка, образовательная деятельность, дневной сон детей. В режим всех возрастных групп введён второй завтрак.

Организованная образовательная деятельность инструктора по физкультуре

Примечание: 1. Общая длительность образовательной деятельности в холодный период года может быть сокращена в зависимости от конкретных задач, уровня знаний у детей, содержания и формы организации.

2. В пределах отведённого времени, образовательная деятельность, при необходимости, может быть сокращена за счёт увеличения длительности другой

3.5. Комплексное планирование

Развитие движений с 3 до 4 лет.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по реб-ристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием,

Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.

Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать

ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.

Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

Подвижные игры

С ходьбой и бегом. «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?»

«Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмета

С ползанием. «Доползи до погремушки», «Проползи в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».

С бросанием и ловлей мяча. «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».

С подпрыгиванием. «Мой веселый звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

На ориентировку в пространстве.-«Где звенит?», «Найди флажок».

Движение под музыку и пение. «Поезд», «Зайка», «Флажок».

Примерное комплексное планирование (3-4 лет)

| Месяц | № занятия | Цель | Методы и приемы | Форма организации |
|-------------------|----------------|---|---|-------------------|
| Сентябрь | | Адаптация. Мониторинг | Тестовые задания | |
| Сентябрь- октябрь | № 1 Занятие | Закреплять умение принимать правильное и.п. для ног при прокатывании большого мяча двумя руками снизу. Закреплять умение выполнять подлезание на ладонях и коленях с ходу, не задевая шнур. В подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять детей в выполнении прыжков с продвижением вперед на двух ногах. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | |
|-------------|--|---|-----------------|
| Занятие № 2 | <p>Закреплять умение принимать правильное и.п. при прокатывании большого мяча двумя руками снизу.</p> <p>Приучать детей в прыжках с продвижением вперед энергично отталкиваться одновременно двумя ногами вперед-вверх. Следить за правильным приземлением.</p> <p>В подвижной игре «Кролики» приучать детей выполнять подлезание на ладонях и коленях под шнур, не задевая его.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 3 | <p>Закреплять умение в прыжках с продвижением вперед энергично отталкиваться одновременно двумя ногами вперед-вверх, правильно приземляться.</p> <p>Упражнять детей в умении выполнять подтягивания на руках, лежа на животе на гимнастической скамейке.</p> <p>В подвижной игре «Кролики» закреплять умение выполнять подлезание на ладонях и коленях под шнур, не задевая его.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 4 | <p>Учить детей готовиться к быстрому бегу, выполнять ускорение.</p> <p>Закреплять умение выполнять подтягивание на руках, лежа на животе на гимнастической скамейке.</p> <p>В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение выполнять прыжки с продвижением вперед, отталкиваясь двумя ногами. Приземляться легко, перекатом с носка на всю стопу в спокойной обстановке.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 5 | <p>Упражнять детей в умении прокатывать большой мяч двумя руками снизу в определенном направлении, регулируя силу броска.</p> <p>Учить детей готовиться к быстрому бегу, выполнять ускорение.</p> <p>В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение выполнять легкие, пружинистые прыжки на двух ногах с продвижением вперед в спокойной обстановке.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |

| | | | | |
|---------------|--------------|--|---|---------------------------------------|
| | Занятие № 6 | <p>Учить детей при приземлении создавать благоприятные условия для следующего прыжка. Обращать внимание на сгибание ног в коленях и на выполнение переката с носка на пятку.</p> <p>Привлекать внимание детей к использованно замаха для увеличения силы при прокатывании большого мяча на дальность.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и цыплята» приучать детей пользоваться подлезанием на ладонях и коленях только при преодолении препятствия.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Фронтальное |
| | Занятие № 7 | <p>Закреплять умение детей в прыжках с продвижением вперед при приземлении создавать благоприятные условия для следующего прыжка.</p> <p>Приучать детей подбрасывать мяч невысоко перед собой, ловить, захватывая его с боков. Обратить внимание на согласованные движения рук и ног: при ловле сгибаются руки и ноги, при броске они выпрямляются.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее?» закрепить умение выполнять бег с ускорением и замедлением, принимать правильное и л. для бега</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ Фронтальный способ |
| Ноябрь | Занятие № 8 | <p>Упражнять детей в сочетании сильного отталкивания и правильного приземления в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой и ловить, захватывая его с боков.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее» закрепить умение выполнять бег с ускорением и замедлением, принимать правильное и л. для бега</p> <p>Повторить занятие №8</p> | | |
| | Занятие №9 | <p>Закреплять умение принимать правильное и л. при метании мешочка одной рукой снизу. Познакомить с фазами метания: прицелиться, замахнуть, бросить.</p> <p>Закреплять умение выполнять подлезание под шнур на ладонях и коленях с ходу.</p> <p>В подвижной игре «Зайцы и волк» приучать детей пользоваться прыжками с продвижением вперед на двух ногах в момент потони.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Индивидуальный способ |
| | Занятие № 10 | | | |

| | | | |
|-------------------------|--|--|---|
| <p>№ 11 Занятие</p> | <p>Упражнять детей в умении выполнять прицеливание, замах и бросок мешочка снизу одной рукой. Закреплять умение правильно приземляться одновременно на две полусогнутые ноги, перекатом с носка на всю ступню в прыжках со скамьи высотой 30 см, принимать правильное и.п. В подвижной игре «Кролики» приучать детей пользоваться подлезанием на ладонях и коленях только при преодолении препятствия, быстро освобождать место другим играющим</p> | <p>Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра</p> | <p>Групповой способ</p> |
| <p>№ 12 Занятие</p> | <p>Упражнять детей в прокатывании малого мяча одной рукой снизу на расстояние до 10м, выполняя правильно прицеливание, замах и бросок. Закреплять умение принимать правильное и.п. приспрыгивание с куба высотой 40 см, приземляться перекатом с носка на всю ступню. В подвижной игре «Перелет птицы» закреплять умение переходить от бега к лазанью по гимнастической стенке, правильно захватывая рейку руками, ногу ставить на середину стопы.</p> | <p>Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра</p> | <p>Посменный способ</p> |
| <p>№ 13 Занятие</p> | <p>Закреплять умение действовать по плану: прицелиться, замахнуться и бросить – при прокатывании маленького мяча одной рукой снизу. Упражнять детей в умении приземляться мягко на две полусогнутые ноги, перекатом с носка на всю стопу приспрыгивание с куба высотой 40 см. В подвижной игре «Перелет птицы» закреплять умение переходить от бега к лазанью по гимнастической стенке, правильно захватывая рейку руками, ногу ставить на середину стопы.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Индивидуальный способ, поточный способ</p> |

| | | | | |
|---------|--------------|--|---|------------------------------|
| | Занятие № 14 | <p>Закреплять умение отбивать мяч двумя руками о землю точно перед собой, ловить, захватывая мяч с боков; согласовывать движения рук и ног.</p> <p>Знакомить детей со способом передвижения на ступнях и ладонях. Предложить детям самостоятельно показать действия этим способом на основе знаний о принципе называния способов ползания, ползания (по точкам опоры).</p> <p>В подвижной игре «Наседка и прылгата» закреплять умение спрыгивание со скамьи, приземляясь на две ноги с перекатом с носка на всю ступню, подлезать на ступнях без помощи рук под шнур, натянутый на высоте 60 см.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| | Занятие № 15 | <p>При подбрасывании, отбивании и ловле большого мяча развивать согласованное движение рук и ног; мяч вверх – ноги выпрямляются, мяч вниз – ноги сгибаются.</p> <p>Упражнять детей в ползании на ступнях и ладонях по скамейке.</p> <p>Учить детей выполнять бег из и.п. стоя спиной к направлению движения.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и прылгата» закреплять регулировать силу толчка при спрыгивании со скамьи.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Фронтальный способ |
| | Занятие № 16 | <p>Упражнять детей в умении сочетать подбрасывание и ловлю, отбивание и ловлю большого мяча, согласуя движения рук и ног.</p> <p>Упражнять детей в умении быстро выполнять разворот в беге из и.п. стоя спиной к направлению движения.</p> <p>Закреплять умение ползать в быстром темпе по доске на ступнях и ладонях.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и прылгата» закреплять регулировать силу толчка при спрыгивании со скамьи.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Фронтальный способ, поточный |
| Декабрь | Занятие № 17 | <p>Упражнять детей в умении сочетать подбрасывание и ловлю, отбивание и ловлю большого мяча, согласуя движения рук и ног.</p> <p>Учить детей регулировать силу толчка при спрыгивании с куба через узкий и широкий ручей. Показать значение выноса рук в момент приземления для сохранения равновесия.</p> <p>В подвижной игре «У медведя во бору» закреплять умение детей выполнять бег из и.п. стоя спиной к направлению движения.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный, поточный способ |

| | | | | |
|---------|--------------|---|---|-----------------|
| | Занятие № 18 | Повторить занятие №17 | | |
| Декабрь | Занятие № 19 | Закреплять умение регулировать силу толка при прыгивании с куба с поворотом на 90 гр. Побуждать детей выпрыгивать выше вверх, приземляться мягко на полусогнутые ноги перекатом с носка на всю стопу. Предложить детям определить, каким способом можно подлезть быстро и не задеть под шнур на высоте 60 см. побуждать детей пользоваться названием способов подлезания. В подвижной игре «Цветные автомобили» упражнять детей в умении регулировать скорость движения, бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга. | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 20 | Закреплять умение выпрыгивать выше вверх, регулируя силу толчка. Показать детям значение выноса рук в момент приземления для сохранения равновесия. Закреплять умение принимать правильное и.п. Дать детям понятие, что на ладонях и ступнях можно ползать только тогда, когда препятствие высокое. В подвижной игре «Светофор» закреплять умение принимать правильное и.п. при прокатывании большого мяча. Бегать легко, не наталкиваясь друг на друга. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие №21 | В прыжках через валики высотой 10 см закреплять умение энергично отталкиваться от пола за счет резкого выпрямления ног. Развивать силу мышц рук при подтягивании на руках по скамье из положения лежа на животе. В подвижной игре «Котята и щенята» закреплять умение передвигаться на ступнях и ладонях, выполняя подлезание под шнур, натянутый на высоте 60 см, подниматься и опускаться по гимнастической стенке, не пропуская реек. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |

| | | | |
|---------------------|--|--|-------------------------|
| <p>Занятие № 22</p> | <p>Упражнять детей в умении использовать взмах руками в прыжках в высоту с места (ч\з валики высотой 20см), приземляться мягко на две ноги. Развивать мышцы рук в подтягиваниях на руках по скамейке лежа на животе. Учить детей ходить приставным шагом прямо по шнуру, приставляя пятку к носку, сохраняя правильную осанку. В подвижной игре «Котята и щенята» закреплять умение передвигаться на ступнях и ладонях, выполняя подлезание под шнур, натянутый на высоте 60 см, подниматься и опускаться по гимнастической стенке, не пропуская реек.</p> | <p>Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра</p> | <p>Поточный способ</p> |
| <p>Занятие № 23</p> | <p>Закреплять умение детей использовать взмах руками для увеличения силы толчка в прыжках в высоту с места. Развивать ловкость и силу рук мышц при выполнении подтягивания на скамейке лежа на животе. Развивать функцию равновесия в ходьбе по шнуру приставным шагом. В подвижной игре «Не попадись в мышеловку» упражнять детей в умении пользоваться разными способами подлезания в зависимости от высоты препятствия.</p> | <p>Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра</p> | <p>Поточный способ</p> |
| <p>Занятие № 24</p> | <p>Упражнять детей в умении регулировать силу броска при прокатывании малого мяча одной рукой снизу. Обращать внимание на использование замаха для увеличения дальности броска. Закреплять умение выполнять бег с ускорением, быстро переходить от метания к бегу. В подвижной игре «Кролики» закреплять умение выполнять подлезание на ладонях и ступнях под ближайшее препятствие.</p> | <p>Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра</p> | <p>Посменный способ</p> |
| <p>Занятие № 25</p> | <p>Закреплять умение регулировать силу броска при прокатывании малого мяча одной рукой снизу. Упражнять детей в умении быстро набирать и замедлять скорость в челночном беге. В подвижной игре «Кролики» закреплять умение выполнять подлезание на ступнях под ближайшее препятствие.</p> | <p>Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра</p> | <p>Посменный способ</p> |
| <p>Занятие №26</p> | <p>Повторить занятие №25</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | |

| | | | |
|---------------|---|--|---|
| Январь | | | |
| Занятие № 27 | <p>В прыжках в длину с места закреплять умение приземляться на две ноги, полусогнутые в коленях, перекатом с пятки на всю ступню, использовать взмах рук для увеличения силы толчка.</p> <p>Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой и правильно ловить его.</p> <p>В подвижной игре «Кролики» приучать детей выполнять подлезание на ладонях и ступнях под ближайшее препятствие, развивать быструю ориентировку в пространстве.</p> | <p>Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра</p> | <p>Фронтальный, поточный способ</p> |
| Занятие № 28 | <p>Упражнять детей в умении приземляться одноновременно на две полусогнутые ноги в прыжках в длину с места. Развивать согласованные действия рук и ног при толчке и приземлении.</p> <p>Упражнять детей в умении подбрасывать мяч перед собой и правильно его ловить, согласуя движения рук и ног.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» приучать детей выполнять подлезание быстро, не задевая препятствие.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Фронтальный, индивидуальный способ</p> |
| Занятие № 29 | <p>Закреплять умение принимать правильное и л. при спрыгивании, отталкиваться одноновременно двумя ногами.</p> <p>Упражнять детей в перебрасывании о ловле мяча в парах. Приучать выпускать мяч партнеру по дугообразной траектории.</p> <p>В подвижной игре «Цветные автомобили» упражнять в умении пользоваться с ускорением при беге, увертываться при перемещении с разной скоростью.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Фронтальный, индивидуальный способ</p> |
| Занятие № 30 | <p>В прыжках в глубину побуждать детей выполнять повороты на 90 гр. В разные стороны и с разной полетностью.</p> <p>Закреплять умение лезть по гимнастической стенке, не пропуская реек, правильно выполнять постановку ноги на середину стопы и захватывать рейку круговым хватом.</p> <p>В подвижной игре «Мяч через сетку» упражнять в использовании дугообразной траектории при перебрасывании мяча.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Индивидуальный способ</p> |

| | | | | |
|---------|--------------|---|-----------------------------------|------------------|
| | Занятие № 31 | <p>При лазанье по гимнастической стенке упражнять детей в слитном выполнении движений при подъеме и спуске.</p> <p>Развивать функцию равновесия при ходьбе и беге из обруча в обруч.</p> <p>В подтягивании на руках лежа на скамейке побуждать детей за одно подтягивание продвинуть туловище как можно дальше.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и пылгята» закрепить умение регулировать силу толчка при спрыгивании со скамейки высотой 30см. обратить внимание на способы подлезания в условиях, когда у детей руки пустые (бегут во двор) и когда заняты (несут зернышки).</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 32 | <p>Закреплять умение при лазанье по гимнастической стенке выполнять слитно действия при подъеме и спуске.</p> <p>Развивать функцию равновесия при ходьбе и беге из обруча в обруч.</p> <p>Упражнять в подтягивании на руках лежа на скамейке, привлекать внимание к прямому туловищу предлагая детям менять положение ног.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и пылгята» закрепить умение регулировать силу толчка при спрыгивании со скамейки высотой 30см, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | |
| Февраль | Занятие № 33 | <p>Упражнять детей в умении бросать мешочек вдаль. Привлекать внимание детей к переносу тяжести тела с одной ноги на другую при замахе и броске.</p> <p>Знакомить детей с переходом на соседний пролет гимнастической стенки приставным шагом боком: переставить ногу, перехватив рукой, приставить ногу, а затем руку.</p> <p>Упражнять детей в умении пользоваться подлезанием на ступнях без опоры на руки и на ладонях и коленях в зависимости от высоты препятствия.</p> <p>В подвижной игре «Самолеты» закреплять умение бегать легко, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, слушать сигнал. Упражнять в умении строиться в колонну, круг.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | |
|---------------------|---|--|-------------------------|
| <p>Занятие № 34</p> | <p>Упражнять детей в умении при броске одной рукой снизу регулировать силу броска. Выполнять замах в зависимости от требований к дальности броска. Закреплять умение в прыжках в длину с места выполнять правильно толчок и приземление. мешочек вдаль. Привлекать внимание детей к переносу тяжести тела с одной ноги на другую при замахе и броске. В подвижной игре «Кролики» закреплять умение выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия, ориентироваться в пространстве.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Групповой способ</p> |
| <p>Занятие № 35</p> | <p>Закреплять умение регулировать силу броска при прокатывании малого мяча. Закреплять умение в прыжках в длину с места выполнять правильно толчок и приземление, использовать замах для увеличения дальности прыжка. В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» закреплять умение выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Поточный способ</p> |
| <p>Занятие № 36</p> | <p>Закреплять умение подлезать по дугу высотой 60см на ступнях без рук, на ладонях и ступнях. Обратит внимание, каким способом подлезать легче и быстрее. Упражнять детей в слитном выполнении фаз прыжка в длину с места предложить детям самостоятельно оценить успешность выполнения задания. В подвижной игре «Мяч через сетку» развивать при метании согласованные действия рук и ног.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Поточный способ</p> |
| <p>Занятие № 37</p> | <p>Предложить детям определить, почему надо уметь подлезать по-разному; сказать как они могут подлезать и не задевать препятствие⁴ отметить, на одинаковой ли высоте находятся красный и белый шнуры⁴ ответить на вопрос: подлезая под какой шнур нужно ниже прогнуться? Упражнять детей в умении выполнять бег широкими шагами, пробегая из обруча в обруч. Знакомить детей с функцией маховой и толчковой ноги при выполнении прыжков на одной ноге на месте, привлечь внимание детей к положению маховой ноги. В подвижной игре «Мяч через сетку» побуждать детей сильнее отталкивать большой мяч, используя движения ног.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Поточный способ</p> |

| | | | |
|-------------|--|--|---|
| | <p>Занятие № 38</p> <p>Закрепить умение сохранять равновесие и регулировать силу толчка при прыгивании с куба. Побуждать детей к оценке приземления.</p> <p>Упражнять детей в умении придавать точное направление малому мячу при прокатывании его одной рукой снизу по дорожке шириной 40см.</p> <p>В подвижной игре «Мыши в кладовой» приучать детей выполнять подлезание на ступнях без помощи рук, ступнях и ладонях в быстром темпе.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Посменный, индивидуальный способ</p> |
| | <p>Занятие № 39</p> <p>Упражнять детей в умении сохранять равновесие после поворота на 90 гр. При прыгивании с куба высотой 25см; выпрыгивать выше вверх, приземляться легко на две полусогнутые ноги перекатом с носка на всю стопу.</p> <p>Закрепить умение придавать точное направление малому мячу при прокатывании его по дорожке шириной 30см.</p> <p>В подвижной игре «Быстро возьми!» упражнять детей в беге из и.п. стоя спиной к направлению движения.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Индивидуальный способ</p> |
| | <p>Занятие № 40</p> <p>При прыгивание с куба закрепить умение приземляться мягко, сохраняя равновесие, регулировать силу толчка. Самостоятельно оценивать готовность к прыжку.</p> <p>Упражнять детей в умении подниматься на ступнях без помощи рук.</p> <p>В подвижной игре «Автомобили» закрепить умение отбивать большой мяч об пол, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, реагировать на зрительный сигнал.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Потоchnый способ</p> |
| <p>Март</p> | <p>Занятие № 41</p> <p>Закрепить умение передвигаться на ладонях и ступнях по наклонному скату, спускаться на ступнях при помощи рук.</p> <p>Закрепить умение при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий сохранять равновесие, туловище держать прямо.</p> <p>В подвижной игре «Автомобили» закрепить умение отбивать большой мяч об пол, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга ориентироваться в пространстве, реагировать на зрительный сигнал.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Потоchnый способ</p> |

| | | | |
|--------------|--|-----------------------------------|-------------------------------|
| Занятие № 42 | <p>Предложить детям определить способ подлезания на четвереньках для прокатывания большого мяча головой. При перебрасывание большого мяча в парах двумя руками от груди закреплять умение соблюдать точное направление, регулировать силу броска. Ловить мяч, захватывая его с боков.</p> <p>В подвижной игре «Куры и цыплята» закреплять умение в прыжках с продвижением вперед и спрыгивании со скамьи регулировать силу отталкивания, сохранять равновесие при приземлении.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный, фронтальный способ |
| Занятие № 43 | <p>Закреплять умение передвигаться на ладонях и коленях, на ладонях и ступнях в быстром темпе. Самостоятельно выбирать наиболее быстрый способ передвижения. Закреплять умение при перебрасывании в парах большого мяча двумя руками от груди соблюдать дугообразную траекторию, точное направление, ловить мяч, захватывая его с боков.</p> <p>В подвижной игре «Куры и цыплята» закреплять умение выполнять спрыгивание со скамьи с поворотом, приземляясь на две ноги, сохраняя равновесие.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Занятие № 44 | <p>Упражнять детей в передвижении на ладонях и коленях и на ступнях и ладонях в быстром темпе. Приучать переходить от подлезания к бегу.</p> <p>Развивать силу мышц рук при подтягивании на скамейке.</p> <p>В подвижной игре «Самолеты» закреплять умение бегать легко, используя все пространство, не наталкиваясь друг на друга.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие №45 | <p>Упражнять детей в использовании взмаха рук для увеличения дальности полета в прыжках в длину с продвижением вперед. Развивать силу мышц рук при прокатывании набивных мячей.</p> <p>В подвижной игре «Котята и щенята» закреплять умение передвигаться на коленях и ступнях в быстром темпе, подниматься на гимнастическую стенку на 3 рейки от пола.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|--------|--------------|---|-----------------------------------|------------------|
| | Занятие № 46 | <p>Закреплять умение сочетать взмах руками с пружинистыми движениями ног при толчке и приземлении.</p> <p>Приучать детей перебрасывать большой мяч друг другу по дугообразной траектории.</p> <p>Закреплять умение принимать и.п. при броске от груди двумя руками.</p> <p>В подвижной игре «Котятта и щенята» закрепить умение передвигаться на ладонях и ступнях в быстром темпе, подниматься до ленты (лазанье на 2-3 рейки) и спускаться по гимнастической стенке.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 47 | <p>Упражнять детей самостоятельно определять необходимую силу и амплитуды движения руками при выполнении прыжка через узкий и широкий ручей.</p> <p>Закреплять умение перебрасывать и ловить мяч в парах с отскоком от земли и без отскока, придавая точное направление и регулируя силу броска.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее принесет кубик?» упражнять в умении передвигаться на ладонях и ступнях в быстром темпе, переходить от ползания к бегу. Закреплять умение выполнять ускорение.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| | Занятие № 48 | <p>В прыжках в длину с места побуждать детей отталкиваться вперед-вверх, набирать высоту для полета.</p> <p>Знакомить детей с траекторией полета мяча при броске в корзину одной рукой снизу.</p> <p>Закреплять умение согласовывать движения рук и ног.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее принесет кубик?» упражнять в умении передвигаться на ладонях и ступнях в быстром темпе, переходить от ползания к бегу.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| Апрель | Занятие № 49 | <p>Закреплять умение отталкиваться энергично одновременно двумя ногами в прыжках с продвижением вперед.</p> <p>Закреплять умение принимать и.п. при метании в зависимости от величины предмета. Предложить детям забросить мяч в корзину одной рукой снизу, затем большой мяч двумя руками снизу.</p> <p>В подвижной игре «Цветные автомобили» приучать детей на установленный сигнал быстро менять направление в беге из и.п. стоя спиной к направлению движения.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | |
|--------------|---|-----------------------------------|------------------|
| Занятие № 50 | Закреплять умение переходить с одного пролета гимнастической стенки на другой. Знакомить детей с приемом выполнения кругового замаха от груди двумя руками при перебрасывании большого мяча в парах. В подвижной игре «Кто быстрее принесет кубик?» упражнять в умении быстро подлезать с ходу. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 51 | Закреплять умение выполнять круговой замах при перебрасывании большого мяча двумя руками от груди, привлекать внимание к дугообразной траектории движения мяча при перелете. Упражнять детей в самостоятельном определении последовательности действий при выполнении перехода на высоте с одного пролета на другой. В подвижной игре «Бездомный заяц?» закреплять умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 52 | Упражнять в умении придавать мячу точное направление при броске в горизонтальную цель. Согласовывать движения рук и ног при выполнении замаха двумя руками от груди. Учить детей вращать скакалку, согласовывать вращения с продвижением. В подвижной игре «Перелет птиц» закреплять умение влезать на гимнастическую стенку и спускаться с нее, не пропуская реек. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие №53 | Закреплять умение сочетать точное направление с энергичным броском при попадании большого мяча в корзину. Предложить детям назвать выбранный способ метания. Упражнять в умении выполнять прыжки через скакалку, вращать скакалку кистями рук, согласовывать вращение скакалки с прыжком. В подвижной игре «Перелет птиц» закреплять умение подниматься и спускаться по гимнастической лестнице. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|-----|-----------------|---|---|--------------------|
| | №54 Занятие | Упражнять детей в умении регулировать силу броска при попадании в корзину с расстояния 2-3 м. Закреплять умение выполнять прыжки через скакалку. В подвижной игре «Пастух и стадо» приучать детей самостоятельно пользоваться разными способами подлезания в соответствии с условиями игры в спокойной обстановке. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | №55 Занятие | Упражнять в умении выполнять переход с одного пролета на другой на середине гимнастической стенки. Закреплять умение принимать и.п. в зависимости от величины предмета при броске мяча в корзину одной рукой снизу, двумя руками снизу. В подвижной игре «Пастух и стадо» приучать детей самостоятельно пользоваться разными способами подлезания в соответствии с условиями игры в спокойной обстановке. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | №56 Занятие | Тренировать детей в выполнении прыжков в длину с места. Привлечь внимание к отталкиванию вперед-вверх. Закреплять умение принимать и.п. в зависимости от величины предмета при броске мяча в корзину одной рукой снизу, двумя руками снизу. В подвижной игре «Пастух и стадо» приучать детей самостоятельно пользоваться разными способами «подлезания» в соответствии с условиями игры в спокойной обстановке. | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| Май | №57 Занятие | Закреплять умение при метании на дальность использовать дугообразную траекторию. Закреплять умение перелезть через бревно с ходу быстро, упором руками смягчать прикосновение туловища с бревном. В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение пользоваться прыжками с продвижением вперед на двух ногах в тревожной ситуации. | | Фронтальный способ |
| Май | № 58 Занятие | Педагогическое обследование. Упражнять в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур, учить ходить и бегать со сменой ведущего. В подвижной игре «Бездомный заяц?» закреплять умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. | Тестовые задания Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |

| | | | |
|--------------|--|-----------------------------------|--------------------|
| Занятие №59 | <p>Закреплять умение энергично катать мяч по полу, не отрывая от него рук, бросать мяч от груди.</p> <p>Закреплять умение принимать и.п. при метании в зависимости от величины предмета. Предложить детям забросить мяч в корзину одной рукой снизу, затем большой мяч двумя руками снизу.</p> <p>В подвижной игре «Самолеты» закреплять умение бегать легко, используя все пространство, не наталкиваясь друг на друга.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 60 | <p>Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, с нахождением своего места, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.</p> <p>В подвижной игре «Бездомный заяц» закреплять умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 61 | <p>Упражнять в прыжках через скакалку, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в отбивании мяча о пол.</p> <p>В подвижной игре «Автомобили» закреплять умение отбивать большой мяч об пол, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга ориентироваться в пространстве, реагировать на зрительный сигнал</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 62 | <p>Закреплять умение передвигаться на ладонях и коленях, на ладонях и ступнях в быстром темпе. Самостоятельно выбирать наиболее быстрый способ передвижения.</p> <p>Закреплять умение при перебрасывании в парах большого мяча двумя руками от груди соблюдать дугообразную траекторию, точное направление, ловить мяч, захватывая его с боков.</p> <p>В подвижной игре «Куры и цыплята» закреплять умение выполнять спрыгивание со скамьи с поворотом, приземляясь на две ноги, сохраняя равновесие</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |

| | | | | |
|-------------|--------------|--|-----------------------------------|----------------------------------|
| | Занятие № 63 | <p>Закреплять умение при лазанье по гимнастической стенке выполнять слитно действия при подъеме и спуске.</p> <p>Развивать функцию равновесия при ходьбе и беге из обруча в обруч.</p> <p>Упражнять в подтягивании на руках лежа на скамейке, привлекать внимание к прямому туловищу предлагая детям менять положение ног.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение регулировать силу толчка при спрыгивании со скамейки высотой 30см, бегать легко, не нагаккиваясь друг на друга.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 64 | <p>Закреплять умение подлезать по дугу высотой 60см на ступнях без рук, на ладонях и ступнях. Обратить внимание, каким способом подлезать легче и быстрее.</p> <p>Упражнять детей в слитном выполнении фаз прыжка в длину с места предложить детям самостоятельно оценить успешность выполнения задания.</p> <p>В подвижной игре «Мяч через сетку» развивать при метании согласованные действия рук и ног.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Июнь | Занятие № 65 | <p>Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонному бревну, развивать умение прыгать в высоту с разбега, учить выполнять разбег, толчок, в упражнении «Достань до солнышка», «Достань до бабочки»</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный, Индивидуальный способ |
| | Занятие № 66 | <p>Продолжать учить ползанию на четвереньках,</p> <p>В подвижной игре «Мыши в кладовой» приучать детей выполнять подлезание на ступнях без помощи рук, ступнях и ладонях в быстром темпе.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный, Индивидуальный способ |
| | Занятие № 67 | <p>Закреплять умение сочетать взмах руками с пружинистыми движениями ног при толчке и приземлении.</p> <p>Приучать детей перебрасывать большой мяч друг другу по дугообразной траектории.</p> <p>Закреплять умение принимать и.п. при броске от груди двумя руками.</p> <p>Учить детей бросать мяч из – за головы двумя руками в игре «Догони свой мяч»</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|-------------|--------------|---|-----------------------------------|------------------|
| | Занятие № 68 | Упражнять в прыжках в длину с места, Упражнять в ходьбе и беге по пересечённой местности, бег на выносливость, Перешагивание через дуги. Подлезание под них. При игре «Удочка» учить детей перепрыгивать через верёвку двумя ногами | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 69 | Продолжать учить ходьбе и бегу с изменением направления и темпа по сигналу, Перебрасыванию мяча друг другу разными способами В игре «Воробышки и автомобиль» учить детей бегать не наталкиваясь друг на друга | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 70 | Продолжать учить детей перебрасывать волейбольный мяч через сетку, метанию предметов в даль, бег на выносливость, В игре «У медведя во бору» учить детей продвигаться вперёд, низко наклоняясь развивать терпение, быстроту, выносливость | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 71 | Учить метать в даль малые мячи правой и левой рукой(расстояние 2.5 – 5 метров), продолжать челночный бег В подвижной игре «Мяч через сетку» развивать при метании согласованные действия рук и ног. | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 72 | Ходьба и бег с выполнением заданий, перестроение в две шеренги, прыжки в высоту с разбега, Метание предметов в вертикальную цель В подвижной игре «Автомобили» закрепить умение обходить большой мяч об пол, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга ориентироваться в пространстве, реагировать на зрительный сигнал | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Июль | Занятие № 73 | Упражнять в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур, учить ходить и бегать со сменной ведущего. В подвижной игре «Бездомный заяц» закрепить умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | |
|--------------|--|-----------------------------------|---|
| Занятие № 74 | <p>Закреплять умение энергично катать мяч по полу, не отрывая от него рук, бросать мяч от груди.</p> <p>Закреплять умение принимать и.п. при метании в зависимости от величины предмета. Предложить детям забросить мяч в корзину одной рукой снизу, затем большой мяч двумя руками снизу.</p> <p>В подвижной игре «Самолеты» закреплять умение бегать легко, используя все пространство, не наталкиваясь друг на друга.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 75 | <p>Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, с нахождением своего места, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.</p> <p>В подвижной игре «Бездомный заяц» закреплять умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 76 | <p>Самостоятельно выбирать наиболее быстрый способ передвижения.</p> <p>Закреплять умение при перебрасывании в парах большого мяча двумя руками от груди соблюдать дугообразную траекторию, точное направление, ловить мяч, захватывая его с боков.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение выполнять прыгивание со скамьи с поворотом, приземляясь на две ноги, сохраняя равновесие</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Занятие № 77 | <p>Закреплять умение принимать правильное и.п. при прыгивании, отталкиваться одновременно двумя ногами.</p> <p>Упражнять детей в перебрасывании о ловле мяча в парах. Приучать выпускать мяч партнеру по дугообразной траектории.</p> <p>В подвижной игре «Цветные автомобили» упражнять в умении пользоваться с ускорением при беге, увертываться при перемещении с разной скоростью.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ, индивидуальный способ |
| Занятие № 78 | <p>Упражнять в прыжках в длину с места, Упражнять в ходьбе и беге по пересечённой местности, бег на выносливость, Перешагивание через дуги. Подлезание под них. При игре «Удочка» учить детей перепрыгивать через верёвку двумя ногами</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|--------|--------------|--|-----------------------------------|------------------|
| | Занятие № 79 | Закреплять умение сочетать взмах руками с пружинистыми движениями ног при толчке и приземлении. Приучать детей перебрасывать большой мяч друг другу по дугообразной траектории. Закреплять умение принимать и.п. при броске от груди двумя руками. Учить детей бросать мяч из – за головы двумя руками в игре «Догони свой мяч» | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 80 | Элементы баскетбола: ведение и забрасывание баскетбольного мяча в корзину, Челночный бег В подвижной игре «Мяч через сетку» развивать при метании согласованные действия рук и ног. | Объяснение, показ, подвижная игра | Потоchnый способ |
| | Занятие № 81 | Продолжать учить ходьбе и бегу с изменением направления и темпа по сигналу, Перебрасыванию мяча друг другу разными способами В игре «»Догони свой мяч» учить детей бросать мяч вдале различные способами: из – за головы, от груди, снизу двумя руками | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Август | Занятие № 82 | Ходьба и бег с выполнением заданий, перестроение в две шеренги, прыжки в высоту с разбега, Метание предметов в вертикальную цель В подвижной игре «Автомобили» закрепить умение бегать легко, не наталкиваясь друг на друга ориентироваться в пространстве, реагировать на зрительный сигнал | Объяснение, показ, подвижная игра | Потоchnый способ |
| | Занятие № 83 | Продолжать учить детей перебрасывать волейбольный мяч через сетку, метанию предметов вдале, бег на выносливость, В игре «Хитрая лиса» развивать терпение, быстроту, выносливость | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 84 | Упражнять в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур, учить ходить и бегать со сменной ведущего. В подвижной игре «Бездомный заяц» закрепить умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врасыпную, не наталкиваясь друг на друга. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|--|--------------|--|-----------------------------------|---|
| | Занятие № 85 | Закреплять умение сочетать взмах руками с пружинистыми движениями ног при толчке и приземлении. Приучать детей перебрасывать большой мяч друг другу по дугообразной траектории. Закреплять умение принимать и.п. при броске от груди двумя руками. Учить детей бросать мяч из – за головы двумя руками в игре «Догони свой мяч» | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ, индивидуальный способ |
| | Занятие № 86 | Закреплять умение сочетать взмах руками с пружинистыми движениями ног при толчке и приземлении. Приучать детей перебрасывать большой мяч друг другу по дугообразной траектории. Закреплять умение принимать и.п. при броске от груди двумя руками. Учить детей бросать мяч из – за головы двумя руками в игре «Догони свой мяч» | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 87 | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, с нахождением своего места, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. В подвижной игре «Бездомный заяц» закреплять умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 88 | Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонному бревну, развивать умение прыгать в высоту с разбега, учить выполнять разбег, толчок, в упражнении «Достань до солнышка», «Достань до бабочки» | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |

Примерное комплексное планирование (4 - 5 лет)

| Месяц | № занятия | Цель | Методы и приемы | Форма организации |
|----------|-----------|-----------------------|------------------|-------------------|
| Сентябрь | | Адаптация. Мониторинг | Тестовые задания | |

| | | | | |
|-------------------|-------------|--|---|------------------|
| Сентябрь- октябрь | Занятие № 1 | <p>Закреплять умение принимать правильное и.п. для ног при прокатывании большого мяча двумя руками снизу.</p> <p>Закреплять умение выполнять подлезание на ладонях и коленях с ходу, не задевая шнур.</p> <p>В подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять детей в выполнении прыжков с продвижением вперед на двух ногах.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 2 | <p>Закреплять умение принимать правильное и.п. при прокатывании большого мяча двумя руками снизу.</p> <p>Приучать детей в прыжках с продвижением вперед энергично отталкиваться одновременно двумя ногами вперед-вверх. Следить за правильным приземлением.</p> <p>В подвижной игре «Кролики» приучать детей выполнять подлезание на ладонях и коленях под шнур, не задевая его.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 3 | <p>Закреплять умение в прыжках с продвижением вперед энергично отталкиваться одновременно двумя ногами вперед-вверх, правильно приземляться.</p> <p>Упражнять детей в умении выполнять подтягивания на руках, лежа на животе на гимнастической скамейке.</p> <p>В подвижной игре «Кролики» закреплять умение выполнять подлезание на ладонях и коленях под шнур, не задевая его.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 4 | <p>Учить детей готовиться к быстрому бегу, выполнять ускорение.</p> <p>Закреплять умение выполнять подтягивание на руках, лежа на животе на гимнастической скамейке.</p> <p>В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение выполнять прыжки с продвижением вперед, отталкиваясь двумя ногами. Приземляться легко, перекатом с носка на всю стопу в спокойной обстановке.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 5 | <p>Упражнять детей в умении прокатывать большой мяч двумя руками снизу в определенном направлении, регулируя силу броска.</p> <p>Учить детей готовиться к быстрому бегу, выполнять ускорение.</p> <p>В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение выполнять легкие, пружинистые прыжки на двух ногах с продвижением вперед в спокойной обстановке.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |

| | | | | |
|--------|-------------|--|---|------------------------------------|
| | Занятие № 6 | <p>Учить детей при приземлении создавать благоприятные условия для следующего прыжка. Обращать внимание на стибание ног в коленях и на выполнение переката с носка на пятку.</p> <p>Привлекать внимание детей к использованию замаха для увеличения силы при прокатывании большого мяча на дальность.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и цыпленок» приучать детей пользоваться полдлезанием на ладонях и коленях только при преодолении препятствия.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Фронтальное |
| | Занятие № 7 | <p>Закреплять умение детей в прыжках с продвижением вперед при приземлении создавать благоприятные условия для следующего прыжка.</p> <p>Приучать детей подбрасывать мяч невысоко перед собой, ловить, захватывая его с боков. Обратить внимание на согласованные движения рук и ног: при ловле стибаются руки и ноги, при броске они выпрямляются.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее?» закреплять умение выполнять бег с ускорением и замедлением, принимать правильное и.п. для бега.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Погочный способ Фронтальный способ |
| Ноябрь | Занятие № 8 | <p>Упражнять детей в сочетании сильного отталкивания и правильного приземления в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой и ловить, захватывая его с боков.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее» закрепить умение выполнять бег с ускорением и замедлением, принимать правильное и.п. для бега.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Погочный способ Фронтальный способ |
| | Занятие № 9 | Повторить занятие №8 | | |

| | | | |
|--------------|--|---|--|
| Занятие № 10 | <p>Закреплять умение принимать правильное и.п. при метании мешочка одной рукой снизу. Познакомить с фазами метания: прицелиться, замахнуть, бросить.</p> <p>Закреплять умение выполнять подлезание под шнур на ладонях и коленях с ходу.</p> <p>В подвижной игре «Зайцы и волк» приучать детей пользоваться прыжками с продвижением вперед на двух ногах в момент погони.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Индивидуальный способ |
| Занятие № 11 | <p>Упражнять детей в умении выполнять прицеливание, замах и бросок мешочка снизу одной рукой.</p> <p>Закреплять умение правильно приземляться одновременно на две полусогнутые ноги, перекатом с носка на всю ступню в прыжках со скамьи высотой 30 см, принимать правильное и.п.</p> <p>В подвижной игре «Кролики» приучать детей пользоваться подлезанием на ладонях и коленях только при преодолении препятствия, быстро освобождать место другим играющим</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 12 | <p>Упражнять детей в прокатывании малого мяча одной рукой снизу на расстояние до 10м, выполняя правильно прицеливание, замах и бросок.</p> <p>Закреплять умение принимать правильное и.п. приспрыгивание с куба высотой 40 см, приземляться перекатом с носка на всю ступню.</p> <p>В подвижной игре «Перелет птицы» закреплять умение переходить от бега к лазанью по гимнастической стенке, правильно захватывая рейку руками, ногу ставить на середину стопы.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Посменный способ |
| Занятие № 13 | <p>Закреплять умение действовать по плану: прицелиться, замахнуть и бросить – при прокатывании маленького мяча одной рукой снизу.</p> <p>Упражнять детей в умении приземляться мягко на две полусогнутые ноги, перекатом с носка на всю стопу приспрыгивание с куба высотой 40 см.</p> <p>В подвижной игре «Перелет птицы» закреплять умение переходить от бега к лазанью по гимнастической стенке, правильно захватывая рейку руками, ногу ставить на середину стопы.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Индивидуальный способ, поточный способ |

| | | | | |
|---------|--------------|--|---|------------------------------|
| | Занятие № 14 | <p>Закреплять умение отбивать мяч двумя руками о землю точно перед собой, ловить, захватывая мяч с боков; согласовывать движения рук и ног.</p> <p>Знакомить детей со способом передвижения на ступнях и ладонях. Предложить детям самостоятельно показать действия этим способом на основе знаний о принципе называния способов ползания, ползания (по точкам опоры).</p> <p>В подвижной игре «Наседка и прылгата» закреплять умение спрыгивание со скамьи, приземляясь на две ноги с перекатом с носка на всю ступню, подлезать на ступнях без помощи рук под шнур, натянутый на высоте 60 см.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| | Занятие № 15 | <p>При подбрасывании, отбивании и ловле большого мяча развивать согласованное движение рук и ног; мяч вверх – ноги выпрямляются, мяч вниз – ноги сгибаются.</p> <p>Упражнять детей в ползании на ступнях и ладонях по скамейке.</p> <p>Учить детей выполнять бег из и.п. стоя спиной к направлению движения.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и прылгата» закреплять регулировать силу толчка при спрыгивании со скамьи.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Фронтальный способ, поточный |
| | Занятие № 16 | <p>Упражнять детей в умении сочетать подбрасывание и ловлю, отбивание и ловлю большого мяча, согласуя движения рук и ног.</p> <p>Упражнять детей в умении быстро выполнять разворот в беге из и.п. стоя спиной к направлению движения.</p> <p>Закреплять умение ползать в быстром темпе по доске на ступнях и ладонях.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и прылгата» закреплять регулировать силу толчка при спрыгивании со скамьи.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный, поточный способ |
| Декабрь | Занятие № 17 | <p>Упражнять детей в умении сочетать подбрасывание и ловлю, отбивание и ловлю большого мяча, согласуя движения рук и ног.</p> <p>Учить детей регулировать силу толчка при спрыгивании с куба через узкий и широкий ручей. Показать значение выноса рук в момент приземления для сохранения равновесия.</p> <p>В подвижной игре «У медведя во бору» закреплять умение детей выполнять бег из и.п. стоя спиной к направлению движения.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный, поточный способ |

| | | | | |
|---------|--------------|--|---|-----------------|
| | Занятие № 18 | Повторить занятие №17 | | |
| Декабрь | Занятие № 19 | Закреплять умение регулировать силу толка при спрыгивании с куба с поворотом на 90 гр. Побуждать детей выпрыгивать выше вверх, приземляться мягко на полусогнутые ноги перекатом с носка на всю стопу. Предложить детям определить, каким способом можно подлезть быстро и не задеть под шнур на высоте 60 см. побуждать детей пользоваться названием способов подлезания. В подвижной игре «Цветные автомобили» упражнять детей в умении регулировать скорость движения, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 20 | Закреплять умение выпрыгивать выше вверх, регулируя силу толчка. Показать детям значение выноса рук в момент приземления для сохранения равновесия. Закреплять умение принимать правильное и.п. Дать детям понятие, что на ладонях и ступнях можно ползать только тогда, когда препятствие высокое. В подвижной игре «Светофор» закреплять умение принимать правильное и.п. при прокатывании большого мяча. Бегать легко, не наталкиваясь друг на друга. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие №21 | В прыжках через валики высотой 10 см закреплять умение энергично отталкиваться от пола за счет резкого выпрямления ног. Развивать силу мышц рук при подтягивании на руках по скамье из положения лежа на животе. В подвижной игре «Котята и щенята» закреплять умение передвигаться на ступнях и ладонях, выполняя подлезание под шнур, натянутый на высоте 60 см, подниматься и опускаться по гимнастической стенке, не пропуская реек. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |

| | | | |
|--------------|---|---|------------------|
| Занятие № 22 | <p>Упражнять детей в умении использовать взмах руками в прыжках в высоту с места (ч\з валики высотой 20см), приземляться мягко на две ноги.</p> <p>Развивать мышцы рук в подтягиваниях на руках по скамейке лежа на животе.</p> <p>Учить детей ходить приставным шагом прямо по шнуру, приставляя пятку к носку, сохраняя правильную осанку.</p> <p>В подвижной игре «Котятя и щенята» закреплять умение передвигаться на ступнях и ладонях, выполняя подлезание под шнур, натянутый на высоте 60 см, подниматься и опускаться по гимнастической стенке, не пропуская реек.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 23 | <p>Закреплять умение детей использовать взмах руками для увеличения силы толчка в прыжках в высоту с места.</p> <p>Развивать ловкость и силу рук мышц при выполнении подтягивания на скамейке лежа на животе.</p> <p>Развивать функцию равновесия в ходьбе по шнуру приставным шагом.</p> <p>В подвижной игре «Не попадись в мышеловку» упражнять детей в умении пользоваться разными способами подлезания в зависимости от высоты препятствия.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 24 | <p>Упражнять детей в умении регулировать силу броска при прокатывании малого мяча одной рукой снизу. Обращать внимание на использование замаха для увеличения дальности броска.</p> <p>Закреплять умение выполнять бег с ускорением, быстро переходить от метания к бегу.</p> <p>В подвижной игре «Кролики» закреплять умение выполнять подлезание на ладонях и ступнях под ближайшее препятствие.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Посменный способ |
| Занятие № 25 | <p>Закреплять умение регулировать силу броска при прокатывании малого мяча одной рукой снизу.</p> <p>Упражнять детей в умении быстро набирать и замедлять скорость в челночном беге.</p> <p>В подвижной игре «Кролики» закреплять умение выполнять подлезание на ступнях под ближайшее препятствие.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Посменный способ |
| Занятие №26 | Повторить занятие №25 | Объяснение, показ, подвижная игра | |

| | | | |
|---------------|---|--|---|
| Январь | | | |
| Занятие № 27 | <p>В прыжках в длину с места закрепить умение приземляться на две ноги, полусогнутые в коленях, перекатом с пятки на всю ступню, использовать взмах рук для увеличения силы толчка.</p> <p>Закрепить умение подбрасывать мяч точно перед собой и правильно ловить его.</p> <p>В подвижной игре «Кролики» приучать детей выполнять подлезание на ладонях и ступнях под ближайшее препятствие, развивать быструю ориентировку в пространстве.</p> | <p>Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра</p> | <p>Фронтальный, поточный способ</p> |
| Занятие № 28 | <p>Упражнять детей в умении приземляться одновременно на две полусогнутые ноги в прыжках в длину с места. Развивать согласованные действия рук и ног при толчке и приземлении.</p> <p>Упражнять детей в умении подбрасывать мяч перед собой и правильно его ловить, согласуя движения рук и ног.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» приучать детей выполнять подлезание быстро, не задевая препятствие.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Фронтально</p> |
| Занятие № 29 | <p>Закрепить умение принимать правильное и.п. при спрыгивании, отталкиваясь одновременно двумя ногами.</p> <p>Упражнять детей в перебрасывании о ловле мяча в парах. Приучать выпустить мяч партнеру по дугообразной траектории.</p> <p>В подвижной игре «Цветные автомобили» упражнять в умении пользоваться с ускорением при беге, увертываться при перемещении с разной скоростью.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Фронтальный, индивидуальный способ</p> |
| Занятие № 30 | <p>В прыжках в глубину побуждать детей выполнять повороты на 90 гр. В разные стороны и с разной полетностью.</p> <p>Закрепить умение лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, правильно выполнять постановку ноги на середину стопы и захватывать рейку круговым хватом.</p> <p>В подвижной игре «Мяч через сетку» упражнять в использовании дугообразной траектории при перебрасывании мяча.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Индивидуальный способ</p> |

| | | | | |
|---------|--------------|---|-----------------------------------|------------------|
| | | | | |
| | Занятие № 31 | <p>При лазанье по гимнастической стенке упражнять детей в слитном выполнении движений при подьеме и спуске.</p> <p>Развивать функцию равновесия при ходьбе и беге из обруча в обруч.</p> <p>В подтягивании на руках лежа на скамейке побуждать детей за одно подтягивание продвинуть туловище как можно дальше.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и цыпленок» закреплять умение регулировать силу толчка при прыгивании со скамейки высотой 30см. обратить внимание на способы подлезания в условиях, когда у детей руки пустые (бегут во двор) и когда заняты (несут зернышки).</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 32 | <p>Закреплять умение при лазанье по гимнастической стенке выполнять слитно действия при подьеме и спуске.</p> <p>Развивать функцию равновесия при ходьбе и беге из обруча в обруч.</p> <p>Упражнять в подтягивании на руках лежа на скамейке, привлекать внимание к прямому туловищу предлагая детям менять положение ног.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и цыпленок» закреплять умение регулировать силу толчка при прыгивании со скамейки высотой 30см, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Февраль | Занятие № 33 | <p>Упражнять детей в умении бросать мешочек вдаль. Привлекать внимание детей к переносу тяжести тела с одной ноги на другую при замахе и броске.</p> <p>Знакомить детей с переходом на соседний пролет гимнастической стенки приставным шагом боком: переставить ногу, перехватив рукой, приставить ногу, а затем руку.</p> <p>Упражнять детей в умении пользоваться подлезанием на ступнях без опоры на руки и на ладонях и коленях в зависимости от высоты препятствия.</p> <p>В подвижной игре «Самолеты» закреплять умение бегать легко, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, слушать сигнал. Упражнять в умении строиться в колонну, круг.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | |
|--------------|---|-----------------------------------|------------------|
| Занятие № 34 | <p>Упражнять детей в умении при броске одной рукой снизу регулировать силу броска. Выполнять замах в зависимости от требований к дальности броска. Закреплять умение в прыжках в длину с места выполнять правильно толчок и приземление. мешочек вдаль. Привлекать внимание детей к переносу тяжести тела с одной ноги на другую при замахе и броске. В подвижной игре «Кролики» закреплять умение выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия, ориентироваться в пространстве.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 35 | <p>Закреплять умение регулировать силу броска при прокатывании малого мяча. Закреплять умение в прыжках в длину с места выполнять правильно толчок и приземление, использовать замах для увеличения дальности прыжка. В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» закреплять умение выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 36 | <p>Закреплять умение подлезать по дугу высотой 60см на ступнях без рук, на ладонях и ступнях. Обратит внимание, каким способом подлезать легче и быстрее. Упражнять детей в слитном выполнении фаз прыжка в длину с места предложить детям самостоятельно оценить успешность выполнения задания. В подвижной игре «Мяч через сетку» развивать при метании согласованные действия рук и ног.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 37 | <p>Предложить детям определить, почему надо уметь подлезать по-разному; сказать как они могут подлезать и не задевать препятствие⁴ отметить, на одинаковой ли высоте находятся красный и белый шнуры⁴ ответить на вопрос: подлезая под какой шнур нужно ниже прогнуться? Упражнять детей в умении выполнять бег широкими шагами, пробегая из обруча в обруч. Знакомить детей с функцией маховой и толчковой ноги при выполнении прыжков на одной ноге на месте, привлечь внимание детей к положению маховой ноги. В подвижной игре «Мяч через сетку» побуждать детей сильнее отталкивать большой мяч, используя движения ног.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |

| | | | | |
|------|--------------|---|-----------------------------------|----------------------------------|
| | Занятие № 38 | <p>Закреплять умение сохранять равновесие и регулировать силу толчка при прыгивании с куба. Побуждать детей к оценке приземления.</p> <p>Упражнять детей в умении придавать точное направление малому мячу при прокатывании его одной рукой снизу по дорожке шириной 40см.</p> <p>В подвижной игре «Мыши в кладовой» приучать детей выползать подлезание на ступнях без помощи рук, ступнях и ладонях в быстром темпе.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный, индивидуальный способ |
| | Занятие № 39 | <p>Упражнять детей в умении сохранять равновесие после поворота на 90 гр. При прыгивании с куба высотой 25см; выпрыгивать выше вверх, приземляться легко на две полусогнутые ноги перекатом с носка на всю стопу.</p> <p>Закреплять умение придавать точное направление малому мячу при прокатывании его по дорожке шириной 30см.</p> <p>В подвижной игре «Быстро возьми!» упражнять детей в беге из и.п. стоя спиной к направлению движения.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 40 | <p>При прыгивание с куба закреплять умение приземляться мягко, сохраняя равновесие, регулировать силу толчка. Самостоятельно оценивать готовность к прыжку.</p> <p>Упражнять детей в умении подниматься на ступнях без помощи рук.</p> <p>В подвижной игре «Автомобили» закреплять умение отбивать большой мяч об пол, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, реагировать на зрительный сигнал.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Март | Занятие № 41 | <p>Закреплять умение передвигаться на ладонях и ступнях по наклонному скату, спускаться на ступнях при помощи рук.</p> <p>Закреплять умение при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий сохранять равновесие, туловище держать прямо.</p> <p>В подвижной игре «Автомобили» закреплять умение отбивать большой мяч об пол, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга ориентироваться в пространстве, реагировать на зрительный сигнал.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |

| | | | |
|--------------|---|-----------------------------------|-------------------------------|
| Занятие № 42 | <p>Предложить детям определить способ подлезания на четвереньках для прокатывания большого мяча головой.</p> <p>При перебрасывание большого мяча в парах двумя руками от груди закреплять умение соблюдать точное направление, регулировать силу броска. Ловить мяч, захватывая его с боков.</p> <p>В подвижной игре «Куры и цыплята» закреплять умение в прыжках с продвижением вперед и спрыгивании со скамьи регулировать силу отталкивания, сохранять равновесие при приземлении.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный, фронтальный способ |
| Занятие № 43 | <p>Закреплять умение передвигаться на ладонях и коленях, на ладонях и ступнях в быстром темпе. Самостоятельно выбирать наиболее быстрый способ передвижения.</p> <p>Закреплять умение при перебрасывании в парах большого мяча двумя руками от груди соблюдать дугообразную траекторию, точное направление, ловить мяч, захватывая его с боков.</p> <p>В подвижной игре «Куры и цыплята» закреплять умение выполнять спрыгивание со скамьи с поворотом, приземляясь на две ноги, сохраняя равновесие.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Занятие № 44 | <p>Упражнять детей в передвижении на ладонях и коленях и на ступнях и ладонях в быстром темпе. Приучать переходить от подлезания к бегу.</p> <p>Развивать силу мышц рук при подтягивании на скамейке.</p> <p>В подвижной игре «Самолеты» закреплять умение бегать легко, используя все пространство, не наталкиваясь друг на друга.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие №45 | <p>Упражнять детей в использовании взмаха рук для увеличения дальности полета в прыжках в длину с продвижением вперед.</p> <p>Развивать силу мышц рук при прокатывании набивных мячей.</p> <p>В подвижной игре «Котята и щенята» закреплять умение передвигаться на коленях и ступнях в быстром темпе, подниматься на гимнастическую стенку на 3 рейки от пола.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|---------------|--------------|---|-----------------------------------|------------------|
| | Занятие № 46 | <p>Закреплять умение сочетать взмах руками с пружинистыми движениями ног при толчке и приземлении.</p> <p>Приучать детей перебрасывать большой мяч друг другу по дугообразной траектории.</p> <p>Закреплять умение принимать и.п. при броске от груди двумя руками.</p> <p>В подвижной игре «Котята и щенята» закреплять умение передвигаться на ладонях и ступнях в быстром темпе, подниматься до ленты (лазаны на 2-3 рейки) и спускаться по гимнастической стенке.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 47 | <p>Упражнять детей самостоятельно определять необходимую силу и амплитуды движения руками при выполнении прыжка через узкий и широкий ручей.</p> <p>Закреплять умение перебрасывать и ловить мяч в парах с отскоком от земли и без отскока, придавая точное направление и регулируя силу броска.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее принесет кубик?» упражнять в умении передвигаться на ладонях и ступнях в быстром темпе, переходить от ползания к бегу. Закреплять умение выполнять ускорение.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| | Занятие № 48 | <p>В прыжках в длину с места побуждать детей отталкиваться вперед-вверх, набирать высоту для полета.</p> <p>Знакомить детей с траекторией полета мяча при броске в корзину одной рукой снизу.</p> <p>Закреплять умение согласовывать движения рук и ног.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее принесет кубик?» упражнять в умении передвигаться на ладонях и ступнях в быстром темпе, переходить от ползания к бегу.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| Апрель | Занятие № 49 | <p>Закреплять умение отталкиваться энергично одновременно двумя ногами в прыжках с продвижением вперед.</p> <p>Закреплять умение принимать и.п. при метании в зависимости от величины предмета. Предложить детям забросить мяч в корзину одной рукой снизу, затем большой мяч двумя руками снизу.</p> <p>В подвижной игре «Цветные автомобили» приучать детей на установленный сигнал быстро менять направление в беге из и.п. стоя спиной к направлению движения.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | |
|--------------|--|-----------------------------------|------------------|
| Занятие № 50 | <p>Закреплять умение переходить с одного пролета гимнастической стенки на другой. Знакомить детей с приемом выполнения кругового замаха от груди двумя руками при перебрасывании большого мяча в парах. В подвижной игре «Кто быстрее принесет кубик?» упражнять в умении быстро подлезать с ходу.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 51 | <p>Закреплять умение выполнять круговой замах при перебрасывании большого мяча двумя руками от груди, привлекать внимание к дугообразной траектории движения мяча при перелете. Упражнять детей в самостоятельном определении последовательности действий при выполнении перехода на высоте с одного пролета на другой. В подвижной игре «Бездомный заяц?» закреплять умение легко ориентироваться в пространстве, бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 52 | <p>Упражнять в умении придавать мячу точное направление при броске в горизонтальную цель. Согласовывать движения рук и ног при выполнении замаха двумя руками от груди. Учить детей вращать скакалку, согласовывать вращения с продвижением. В подвижной игре «Перелет птиц» закреплять умение влезать на гимнастическую стенку и спускаться с нее, не пропуская реек.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие №53 | <p>Закреплять умение сочетать точное направление с энергичным броском при попадании большого мяча в корзину. Предложить детям назвать выбранный способ метания. Упражнять в умении выполнять прыжки через скакалку, вращать скакалку кистями рук, согласовывать вращение скакалки с прыжком. В подвижной игре «Перелет птиц» закреплять умение подниматься и спускаться по гимнастической лестнице.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие №54 | <p>Упражнять детей в умении регулировать силу броска при попадании в корзину с расстояния 2-3 м. Закреплять умение выполнять прыжки через скакалку. В подвижной игре «Пастух и стадо» приучать детей самостоятельно пользоваться разными способами подлезания в соответствии с условиями игры в спокойной обстановке.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|------------|--------------|--|---|--------------------|
| | Занятие №55 | Упражнять в умении выполнять переход с одного пролета на другой на середине гимнастической стенки. Закреплять умение принимать и.п. в зависимости от величины предмета при броске мяча в корзину одной рукой снизу, двумя руками снизу. В подвижной игре «Пастух и стадо» приучать детей самостоятельно пользоваться разными способами подлезания в соответствии с условиями игры в спокойной обстановке. Тренировать детей в выполнении прыжков в длину с места. Привлечь внимание к оттапливанию вперед-вверх. Закреплять умение принимать и.п. в зависимости от величины предмета при броске мяча в корзину одной рукой снизу, двумя руками снизу. В подвижной игре «Пастух и стадо» приучать детей самостоятельно пользоваться разными способами «подлезания» в соответствии с условиями игры в спокойной обстановке. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие №56 | Закреплять умение при метании на дальность использовать дугообразную траекторию. Закреплять умение перелезть через бревно с ходу быстро, упором руками смячать прикосновение туловища с бревном. В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение пользоваться прыжками с продвижением вперед на двух ногах в тревожной ситуации. | | Фронтальный способ |
| Май | Занятие №57 | Педагогическое обследование. Упражнять в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур, учить ходить и бегать со сменой ведущего. В подвижной игре «Бездомный заяц?» закрепить умение легко ориентироваться в пространстве, бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга. | Тестовые задания Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Май | Занятие № 58 | Закреплять умение энергично катать мяч по полу, не отрывая от него рук, бросать мяч от груди. Закреплять умение принимать и.п. при метании в зависимости от величины предмета. Предложить детям забросить мяч в корзину одной рукой снизу, затем большой мяч двумя руками снизу. В подвижной игре «Самолеты» закрепить умение бегать легко, используя все пространство, не наталкиваясь друг на друга. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие №59 | | | |

| | | | |
|--------------|---|-----------------------------------|--------------------|
| Занятие № 60 | <p>Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, с нахождением своего места, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.</p> <p>В подвижной игре «Бездомный заяц» закреплять умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 61 | <p>Упражнять в прыжках через скакалку, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в отбивании мяча о пол.</p> <p>В подвижной игре «Автомобили» закреплять умение отбивать большой мяч об пол, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга ориентироваться в пространстве, реагировать на зрительный сигнал</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 62 | <p>Закреплять умение передвигаться на ладонях и коленях, на ладонях и ступнях в быстром темпе. Самостоятельно выбирать наиболее быстрый способ передвижения.</p> <p>Закреплять умение при перебрасывании в парах большого мяча двумя руками от груди соблюдать дугообразную траекторию, точное направление, ловить мяч, захватывая его с боков.</p> <p>В подвижной игре «Куры и цыплята» закреплять умение выполнять спрыгивание со скамьи с поворотом, приземляясь на две ноги, сохраняя равновесие</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Занятие № 63 | <p>Закреплять умение при лазанье по гимнастической стенке выполнять слитно действия при подъеме и спуске.</p> <p>Развивать функцию равновесия при ходьбе и беге из обруча в обруч.</p> <p>Упражнять в подтягивании на руках лежа на скамейке, привлекать внимание к прямому туловищу предлагать детям менять положение ног.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение регулировать силу толчка при спрыгивании со скамейки высотой 30см, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|-------------|--------------|--|-----------------------------------|----------------------------------|
| | Занятие № 64 | Закреплять умение подлезать по дугу высотой 60см на ступнях без рук, на ладонях и ступнях. Обратить внимание, каким способом подлезать легче и быстрее. Упражнять детей в слитном выполнении фаз прыжка в длину с места предложить детям самостоятельно оценить успешность выполнения задания. В подвижной игре «Мяч через сетку» развивать при метании согласованные действия рук и ног. | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Июнь | Занятие № 65 | Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонному бревну, развивать умение прыгать в высоту с разбега, учить выполнять разбег, толчок, в упражнении «Достань до солнышка», «Достань до бабочки» | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 66 | Продолжать учить ползанию на четвереньках, В подвижной игре «Мыши в кладовой» приучать детей выполнять подлезание на ступнях без помощи рук, ступнях и ладонях в быстром темпе. | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный, Индивидуальный способ |
| | Занятие № 67 | Закреплять умение сочетать взмах руками с пружинистыми движениями ног при толчке и приземлении. Приучать детей перебрасывать большой мяч друг другу по дугообразной траектории. Закреплять умение принимать и.п. при броске от груди двумя руками. Учить детей бросать мяч из – за головы двумя руками в игре «Догони свой мяч» | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 68 | Упражнять в прыжках в длину с места, Упражнять в ходьбе и беге по пересечённой местности, бег на выносливость, Перешагивание через дуги. Подлезание под них. При игре «У дочка» учить детей перепрыгивать через верёвку двумя ногами | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 69 | Продолжать учить ходьбе и бегу с изменением направления и темпа по сигналу, Перебрасыванию мяча друг другу разными способами В игре «Воробышки и автомобиль» учить детей бегать не нагалякиваясь друг на друга | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|-------------|--------------|---|-----------------------------------|------------------|
| | Занятие № 70 | Продолжать учить детей перебрасывать волейбольный мяч через сетку, метанию предметов в даль, бег на выносливость, В игре «У медведя во бору» учить детей продвигаться вперед, низко наклоняясь развивать терпение, быстроту, выносливость | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 71 | Учить метать вдаль малые мячи правой и левой рукой(расстояние 2.5 – 5 метров), продолжать челночный бег В подвижной игре «Мяч через сетку» развивать при метании согласованные действия рук и ног. | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 72 | Ходьба и бег с выполнением заданий, перестроение в две шеренги, прыжки в высоту с разбега, Метание предметов в вертикальную цель В подвижной игре «Автомобили» закреплять умение отбивать большой мяч об пол, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга ориентироваться в пространстве, реагировать на зрительный сигнал | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Июль | Занятие № 73 | Упражнять в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур, учить ходить и бегать со сменой ведущего. В подвижной игре «Бездомный заяц» закреплять умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 74 | Закреплять умение энергично катать мяч по полу, не отрывая от него рук, бросать мяч от груди. Закреплять умение принимать и.п. при метании в зависимости от величины предмета. Предложить детям забросить мяч в корзину одной рукой снизу, затем большой мяч двумя руками снизу. В подвижной игре «Самолеты» закреплять умение бегать легко, используя все пространство, не наталкиваясь друг на друга. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 75 | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, с нахождением своего места, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. В подвижной игре «Бездомный заяц» закреплять умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | |
|--------------|--|-----------------------------------|---|
| Занятие № 76 | <p>Самостоятельно выбирать наиболее быстрый способ передвижения.</p> <p>Закреплять умение при перебрасывании в парах большого мяча двумя руками от груди соблюдать дугообразную траекторию, точное направление, ловить мяч, захватывая его с боков.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение выполнять прыгивание со скамьи с поворотом, приземляясь на две ноги, сохраняя равновесие</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Занятие № 77 | <p>Закреплять умение принимать правильное и.п. при прыгивании, отталкиваться одновременно двумя ногами.</p> <p>Упражнять детей в перебрасывании о ловле мяча в парах. Приучать выпускать мяч партнеру по дугообразной траектории.</p> <p>В подвижной игре «Цветные автомобили» упражнять в умении пользоваться с ускорением при беге, увертываться при перемещении с разной скоростью.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ, индивидуальный способ |
| Занятие № 78 | <p>Упражнять в прыжках в длину с места, Упражнять в ходьбе и беге по пересечённой местности, бег на выносливость, Перешагивание через дуги. Подлезание под них.</p> <p>При игре «Удочка» учить детей перепрыгивать через верёвку двумя ногами</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 79 | <p>Закреплять умение сочетать взмах руками с пружинистыми движениями ног при толчке и приземлении.</p> <p>Приучать детей перебрасывать большой мяч друг другу по дугообразной траектории.</p> <p>Закреплять умение принимать и.п. при броске от груди двумя руками.</p> <p>Учить детей бросать мяч из – за головы двумя руками в игре «Догони свой мяч»</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 80 | <p>Элементы баскетбола: ведение и забрасывание баскетбольного мяча в корзину,</p> <p>Челночный бег</p> <p>В подвижной игре «Мяч через сетку» развивать при метании согласованные действия рук и ног.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |

| | | | |
|---------------|---|-----------------------------------|---|
| Август | | | |
| Занятие № 81 | <p>Продолжать учить ходьбе и бегу с изменением направления и темпа по сигналу, перебрасыванию мяча друг другу разными способами</p> <p>В игре «»Догони свой мяч» учить детей бросать мяч вдали различными способами: из – за головы, от груди, снизу двумя руками</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 82 | <p>Ходьба и бег с выполнением заданий, перестроение в две шеренги, прыжки в высоту с разбега,</p> <p>Метание предметов в вертикальную цель</p> <p>В подвижной игре «Автомобили» закреплять умение бегать легко, не нагалакиваясь друг на друга ориентироваться в пространстве, реагировать</p> <p>на зрительный сигнал</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Потоchnый способ |
| Занятие № 83 | <p>Продолжать учить детей перебрасывать волейбольный мяч через сетку, метанию предметов вдали, бег на выносливость,</p> <p>В игре «Хитрая лиса» развивать терпение, быстроту, выносливость</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 84 | <p>Упражнять в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур, учить ходить и бегать со сменной ведущего. В подвижной игре «Бездомный заяц» закреплять умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врасыпную, не нагалакиваясь друг на друга.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ, индивидуальный способ |
| Занятие № 85 | <p>Закреплять умение сочетать взмах руками с пружинистыми движениями ног при толчке и приземлении.</p> <p>Приучать детей перебрасывать большой мяч друг другу по дугообразной траектории.</p> <p>Закреплять умение принимать и.п. при броске от груди двумя руками.</p> <p>Учить детей бросать мяч из – за головы двумя руками в игре «Догони свой мяч»</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 86 | <p>Закреплять умение сочетать взмах руками с пружинистыми движениями ног при толчке и приземлении.</p> <p>Приучать детей перебрасывать большой мяч друг другу по дугообразной траектории.</p> <p>Закреплять умение принимать и.п. при броске от груди двумя руками.</p> <p>Учить детей бросать мяч из – за головы двумя руками в игре «Догони свой мяч»</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | |
|--------------|---|-----------------------------------|------------------|
| Занятие № 87 | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, с нахождением своего места, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. В подвижной игре «Бездомный заяц» закреплять умение легко ориентироваться в пространстве, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 88 | Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонному бревну, развивать умение прыгать в высоту с разбега, учить выполнять разбег, толчок, в упражнении «Достань до солнышка», «Достань до бабочки» | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |

Комплексное планирование (с 5 до 6 лет)

На шестом году жизни двигательный опыт детей заметно расширяется, активно развиваются двигательные и познавательные способности.

В развитии мышц выделяют несколько «узловых» периодов. Один из них – возраст шесть лет, когда у детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кисти рук. На шестом году жизни заметно улучшается устойчивость равновесия. При этом девочки имеют некоторые преимущества перед мальчиками. Резервные возможности сердечнососудистой и дыхательных систем заметно расширяются, особенно при проведении занятий на открытом воздухе и применении беговых и прыжковых упражнений. Контроль и оценка, как собственных движений, так и движений других детей позволяют ребёнку понять связь между способом выполнения движения и полученным результатом, а также научиться постепенно планировать свои практические и игровые действия.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1-2 км.

Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом». «Подними», «Догонялки».

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3-4 фигуры. Выбивать городки с полукона (2-3 м) и кона (5-6 м).

Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от 7 уди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении. закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах,

Подвижные игры

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

| Месяц | № занятия | Цель | Методы и приемы | Форма организации |
|------------------|-------------|--|---|--------------------|
| Сентябрь | | Адаптация. Мониторинг. | Тестовые задания | |
| Сентябрь-Октябрь | Занятие № 1 | Формировать у детей представление о правильном положении головы и туловища при ходьбе. Упражнять детей в мягком приземлении на полусогнутые ноги на носки при подпрыгивании на месте на двух ногах. Закреплять умение бросать большой мяч перед собой и ловить его, захватывая с боков. Упражнять детей в подбрасывании и ловле мяча двумя руками 4-5 раз подряд. В подвижной игре «Волшебные елочки» закреплять умение принимать правильную осанку. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Фронтальный способ |

| | | | |
|-------------|---|---|--------------------|
| Занятие № 2 | <p>Развивать у детей умение сохранять правильную осанку при ходьбе. Формировать слитность перехода от одного прыжка к другому при продвижении вперед. Закреплять умение мягко приземляться. Развивать перекрестную координацию в ползании. В подвижной игре «Волшебные елочки» приучать детей принимать позу в свободном передвижении.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Занятие № 3 | <p>Упражнять детей в умении сохранять правильную осанку при ходьбе. Обращать внимание на движение руками при ходьбе. Упражнять детей в подвижной игре «Подбрось – поймай, упасть не давай» в умении бросать мяч точно перед собой, ловить, захватывая его с боков. Закреплять с детьми принцип названий различных способов подлезания. Упражнять детей в умении менять положение головы в разных фазах выполнения подлезания.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 4 | <p>Предложить детям самостоятельно оценить умение сохранять правильную осанку при ходьбе. Предложить детям определить, какие из знакомых способов подлезания пригодны для подлезания под шнур, подвешенный высоко, а какие – под шнур, опущенный низко. В подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять детей в выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 5 | <p>Закреплять умение принимать правильное исходное положение при выполнении прыжка в длину с места. Упражнять детей в мягком приземлении. Упражнять детей в умении самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты В подвижной игре «Найди себе пару» развивать быстроту реакции на сигнал и умение ходить в парах враспынную, не наталкиваясь друг на друга.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 6 | <p>Закреплять умение согласовывать движения рук и ног при отбивании мяча о пол. Упражнять детей в правильной ловле мяча. В прыжках в длину с места закреплять умение энергично отталкиваться и сочетать толчок со взмахом рук. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Мы - веселые ребята».</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Фронтальный способ |

| | | | | |
|---------------|--------------|--|---|---|
| | Занятие № 7 | <p>Закреплять умение релулировать силу толчка при выполнении прыжков в длину с места с помощью рук.</p> <p>Упражнять детей в умении сочетать движение рук и ног в подбрасывании и отбивании мяча.</p> <p>В подвижной игре «Мы – веселые ребята» приучать детей действовать точно по сигналу.</p> <p>В беседе обращать внимание на <u>предупреждение нарушения осанки</u>.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Групповой способ Фронтальный способ |
| | Занятие № 8 | <p>Закреплять умение бросать большой мяч от груди двумя руками. Знакомить с выполнением кругового замаха при метании.</p> <p>Упражнять детей в согласовании движений рук и ног при замахе и броске.</p> <p>Упражнять детей в ползании на ладонях и коленях между шнурами.</p> <p>В подвижной игре «Мы – веселые ребята» приучать детей без напоминания принимать правильное исходное положение для бега.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой Индивидуальный способ |
| Ноябрь | Занятие № 10 | <p>Упражнять детей в умении пользоваться круговым замахом при выполнении метания большого мяча в даль.</p> <p>Ознакомить детей с пролезанием в обруч боком. Определить последовательность действий: встать к обручу боком перенести ногу в обруч, перекатиться и выпрямиться.</p> <p>В подвижной игре «Мы - веселые ребята» упражнять детей в быстром ускорении.</p> | | |
| | Занятие № 11 | <p>Закреплять умение пролезать в обруч боком.</p> <p>Упражнять детей в умении выполнять сильный бросок при метании большого мяча на дальность.</p> <p>В подвижной игре «Караси и щука» приучать детей выполнять ползезание с ходу, выбирая способы ползезания в зависимости от высоты.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Посменный способ Фронтальный способ |
| | Занятие № 12 | <p>В прыжках с доставанием до предмета научить детей определять место толчка.</p> <p>Упражнять детей в отбивании и ловле после отскока от пола большого мяча в парах.</p> <p>Упражнять детей в выполнении быстрогоползезания на ступнях без рук и на ладонях и коленях в подвижной игре «Караси и щука».</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Фронтальный способ Потоchnый способ |
| | Занятие № 13 | <p>Учить детей отбивать мяч от пола ладонью.</p> <p>Закреплять умение передвигаться по наклонному скату различными способами.</p> <p>В подвижной игре «Кот и мыши» упражнять детей в правильной ловле убегающих (только догравиваться).</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ, потоchnый способ |

| | | | |
|--------------|--|---|--------------------|
| Занятие № 14 | <p>Закреплять приемы ведения мяча на месте. Обратить внимание на регулирование силы отталкивания при отбивании. Развивать умение отбивать мяч в определенном ритме. Упражнять детей в умении ползать различными способами: между кубиками на ладонях и коленях, по дорожке на ступнях и ладонях.</p> <p>В подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять детей в быстром продвижении прыжками на двух ногах.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Занятие № 15 | <p>Упражнять детей в ведении мяча на месте. Обратить внимание на отбивание мяча сбоку. Предложить детям отбивать мяч правой и левой рукой.</p> <p>Закреплять последовательность выполнения прыжков в глубину, особое внимание обратить на приземление.</p> <p>В подвижной игре «Кот и мыши» учить детей выбирать свободное место для подлезания, приучать их ориентироваться в пространстве на ходу.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Занятие № 16 | <p>Предложить детям рассказать о последовательности движений в прыжках в глубину. Закреплять правильность выполнения приземления и и.п.</p> <p>Упражнять детей в умении сочетать перешагивание через предметы с подлезанием на ступнях без рук и на ладонях и коленях. Побуждать детей быстро переходить к выполнению подлезания разными способами.</p> <p>В подвижной игре «Мы - веселые ребята» упражнять детей в выборе способа бега в зависимости от местонахождения водящего.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 17 | <p>Закреплять умение выполнять бег из и.п. стоя спиной к направлению движения.</p> <p>Упражнять детей в умении принимать правильное и.п. и замах при бросании мешочка в обруч.</p> <p>В подвижной игре «Кот и мыши» приучать детей быстро выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| Декабрь | | | |
|--------------|--|--|--------------------|
| Занятие № 18 | <p>Упражнять детей в умении быстро начинать бег из положения стоя спиной к направлению движения.</p> <p>Закрепить умение метать мелкие предметы вдаль.</p> <p>Знакомить детей с ползанием на предплечьях и коленях.</p> <p>В подвижной игре «Мы - веселые ребята» закрепить умение быстро переходить от прыжков на месте к бегу.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | Фронтальный способ |
| Занятие № 19 | <p>Упражнять детей в выполнении энергичного замаха при метании мешочка вдаль одной рукой снизу. Обратить внимание на перенос центра тяжести с одной ноги на другую.</p> <p>Закрепить умение пользоваться разными способами ползания в зависимости от высоты.</p> <p>Упражнять детей в подвижной игре «Мы - веселые ребята» в быстром переходе от прыжков к бегу.</p> | <p>Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра</p> | Поточный способ |
| Занятие №20 | <p>Учить детей изменять направление толчка при прыгивании с предмета. Предложить детям прыгивать в плоский обруч, лежащий спереди, слева, справа.</p> <p>Упражнять детей в сочетании замаха и броска при метании мешочка вдаль одной рукой снизу.</p> <p>В подвижной игре «Парные перебежки» приучать детей быстро набирать скорость.</p> | | |
| Занятие № 21 | <p>Закрепить умение выполнять подтягивание на скамейке с помощью рук. Развивать силу мышц рук.</p> <p>Упражнять детей в ретулировании силы оттапливания в зависимости от задания при прыгивании.</p> <p>Упражнять детей в правильном захватывании рейки при выполнении лазанья.</p> <p>В подвижной игре «Перемени предмет» упражнять детей в выполнении ускорения.</p> | <p>Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра</p> | Групповой способ |
| Занятие № 22 | <p>Упражнять детей в правильном захватывании рейки при лазанье.</p> <p>Упражнять детей в подтягивании на скамейке лежа на животе с помощью рук.</p> <p>Упражнять детей в подвижной игре «Перемени предмет» в умении выполнять ускорение.</p> | <p>Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра</p> | Поточный способ |

| | | | | |
|---------------|------------------------------|---|---|-----------------|
| | Занятие № 23 | По интересам детей Предложить детям самостоятельно выбрать физические упражнения для выполнения после разминки. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | |
| | Занятие № 24 | Упражнять детей в умении ходить и бегать широкими и семенящими шагами. Развивать умение выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед на передней части стопы. Выполнять прыжки, мягко опускаясь на полусогнутые ноги. В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» упражнять детей в умении выполнять подлезание на ступнях без опоры на руки в быстром темпе. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | |
| | Занятие №25 | Приучать детей выполнять скольжение по ледяной дорожке на полусогнутых ногах, сохраняя равновесие. Ознакомить детей с содержанием и правилами игры «Бездомный заяц». Упражнять в беге в быстром темпе. | Объяснение, показ, подвижная игра | |
| Январь | Занятие № 26 | Физкультурный досуг «Ура! Зимние каникулы!» | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | |
| | Занятие № 27 (на воздухе) | Упражнять детей в умении сохранять равновесие при передвижении по скользкой поверхности. Закреплять умение прицельно выполнять бросок при попадании в движущуюся цель, выбирать наиболее подходящий момент, регулировать силу броска. В подвижной игре «Кто быстрее принесет льдинку?» упражнять детей в быстром беге зигзагом. | Объяснение, показ, подвижная игра | |
| | Занятие № 28 | Закреплять у детей навыки ведения мяча правой и левой рукой. Совершенствовать умение детей подтягиваться в положении лежа, хватом скрестно на гимнастической скамейке. Продолжить работу по формированию правильной осанки и профилактике плоскостопия. В подвижной игре «Собери венки» воспитывать у детей чувство товарищества, взаимовыручки, поддерживать дух честного соревнования. | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |

| | | | | |
|----------------|--------------|---|-----------------------------------|-----------------------------------|
| | Занятие № 29 | <p>Определить уровень освоения прыжка в длину с места.</p> <p>Отметить количественные и качественные показатели выполнения.</p> <p>Оценить правильность выполнения и результативность метания вдале мешочка (снизу одной рукой). Обратить внимание на правильность принятия исходного положения и выполнения замаха.</p> <p>Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 30 | <p>Знакомить детей с подготовительной фазой в прыжках в длину с места: подняться на носки, руки вверх, присесть, отвести руки назад.</p> <p>Упражнять детей в умении вести мяч по прямой.</p> <p>Упражнять детей в перебрасывании и ловле мяча в парах.</p> <p>В подвижной игре «Чья команда быстрее пробежит к флажку?» упражнять детей в быстром подлезании. Способ подлезания дети выбирают самостоятельно. Отметить удачные действия детей.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| Февраль | Занятие № 31 | <p>Знакомить детей с функциями толчковой и маховой ноги при выполнении прыжка на одной ноге.</p> <p>Упражнять детей в умении находить место для отталкивания при подпрыгивании с доставанием до предмета.</p> <p>Упражнять детей в ведении и забрасывании большого мяча в баскетбольную корзину.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и прылтыга» упражнять детей в быстрой ориентировке в пространстве при нахождении свободного места для подлезания.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ, поточный способ |
| | Занятие № 32 | | | |

| | | | |
|--------------|--|-----------------------------------|-----------------------------|
| Занятие № 33 | <p>Упражнять детей в выполнении прыжков на одной ноге с продвижением вперед.</p> <p>Знакомить детей с броском от головы двумя руками при метании большого мяча вдаль.</p> <p>Упражнять детей в умении сохранять равновесие при ходьбе по узкой гимнастической скамейке.</p> <p>Упражнять детей в умении ориентироваться и выбирать нужный способ подлезания в подвижной игре «Чья команда быстрее пробежит к флажку?».</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный, Групповой способ |
| Занятие № 34 | <p>В прыжках с места на предметы приучать детей подтягивать ноги к животу.</p> <p>В упражнении с малым мячом развивать у детей умение перебрасывать мяч из руки в руку.</p> <p>Упражнять детей в правильном хвате за рейку в лазанье чередующимся шагом.</p> <p>Учить детей согласовывать ходьбу со словами в игре «Лохматый пёс» и бег</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 35 | <p>Приучать детей при перебрасывании мяча из руки в руку сочетать движения рук и ног.</p> <p>В запрыгивании побуждать детей выполнять энергичный замах руками.</p> <p>Упражнять детей в перекрестной координации при ползании между рейками гимнастической лестницы.</p> <p>В подвижной игре «Кто скорее пробежит к флажку?» упражнять детей в умении готовиться к бегу и выполнять ускорение.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Занятие № 36 | <p>Приучать детей принимать правильное и.п. при лазанье по гимнастической стенке перекрестной координацией.</p> <p>Закреплять умение энергично отталкивать предмет груди при метании двумя руками, согласовывать движения рук и ног.</p> <p>Закреплять умение выполняют энергичный толчок при спрыгивании с поворотом на 90°.</p> <p>В подвижной игре «Медведь» приучать детей ходить по кругу, взявшись за руки вправо и влево, договаривать слова до конца</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ, посменный |

| | | | | |
|-------------|---------------------|--|--|---|
| | | <p>Упражнять детей в использовании перекрестной координации при лазанье по гимнастической стенке.</p> <p>В прыжках в высоту с разбега учить детей отталкиваться одной ногой, а приземляться одновременно на две ноги, сохранять равновесие.</p> <p>Упражнять детей в энергичном отталкивании набивного мяча при бросании вдаль.</p> <p>Побуждать детей включать замах для увеличения силы броска.</p> <p>В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» упражнять детей в умении передвигаться боком, спиной, увертываясь от ловишки.</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Посменный, индивидуальный способ</p> |
| | <p>Занятие № 38</p> | <p>Упражнять детей в умении отталкиваться одной ногой и приземляться на две ноги в прыжках в высоту с разбега.</p> <p>Развивать у детей умение определять время броска при метании в движущуюся цель.</p> <p>Упражнять в умении бросать снизу одной рукой. Закреплять умение правильно принимать нужное и. п.</p> <p>Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке, используя перекрестную координацию.</p> <p>Упражнять детей в беге с увертыванием различными способами в игре «Ловишка, бери ленту!»</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Индивидуальный способ, посменный</p> |
| | <p>Занятие № 39</p> | <p>В прыжках в высоту с разбега учить детей слитно выполнять разбег и толчок одной ногой.</p> <p>Упражнять детей в умении выбирать разные способы подлезания в зависимости от высоты препятствия.</p> <p>Упражнять детей в умении выполнять бег из исходного положения стоя спиной к направлению движения в игре «Два Мороза».</p> <p>Приучать детей регулировать скорость броска с учетом скорости движущегося объекта (забросить в кузов движущейся машины).</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Фронтальный способ</p> |
| <p>Март</p> | <p>Занятие № 40</p> | <p>В прыжках в длину с разбега упражнять детей в умении отталкиваться одной ногой, а приземляться на две ноги.</p> <p>Упражнять детей в умении самостоятельно выполнять бросок в движущуюся цель: определять время, скорость и направление броска.</p> <p>Развивать быстроту реакции на сигнал и скорость бега в игре «Не оставайся на полу!».</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Групповой способ, фронтальный</p> |

| | | | |
|--------------|--|-----------------------------------|----------------------------|
| Занятие № 41 | Закреплять умение выполнять прыжки в длину с разбега. Побуждать детей отталкиваться вперед-вверх. Развивать умение сохранять равновесие стоя на одной ноге с выполнением движения. Знакомить детей с выполнением замаха из-за головы двумя руками при метании большого мяча вдаль. | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный, поточный способ |
| Занятие № 42 | Тренировать детей в согласовании движений ног, рук и туловища в броске большого мяча из-за головы двумя руками. Упражнять детей в слитном выполнении разбега и толчка в прыжках в длину с разбега. В подвижной игре «Медведь и пчелы» упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестной координации. | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Занятие № 43 | Побуждать детей к энергичному отталкиванию в прыжках в длину с места. Развивать у детей умения выполнять бросок двумя руками в баскетбольное кольцо с ходу, самостоятельно выбирать способ броска. Развивать силу мышц рук при выполнении подтягивания на скамейке. Познакомить с правилами и содержанием подвижной игры «Хитрая лиса». | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 44 | Тренировать детей в правильном выполнении прыжка в длину с места. Развивать умение балансировать при передвижении по шатающейся поверхности. Знакомить детей с ползанием по-пластунски, обратить внимание на координацию движений рук и ног. В подвижной игре «Мяч по кругу» упражнять детей в точном перебрасывании и ловле мяча. | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 45 | Тренировать детей в правильном выполнении прыжка в высоту с разбега, обратить внимание на сохранение равновесия при приземлении. Закреплять умение пользоваться перекрестной координацией в ползании по-пластунски. В подвижной игре «Мяч по кругу» развивать умение распределять внимание на два движущихся объекта. | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |

| | | | | |
|---------------|--------------|--|-----------------------------------|--------------------|
| | Занятие № 46 | <p>Развивать умение воспринимать показанное движение и точно передавать его при исполнении.</p> <p>Упражнять детей в выполнении прыжка в высоту с разбега.</p> <p>Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестной координации.</p> <p>Знакомить детей с замахом вперед и вверх при бросании мешочка вдале (обратить внимание на перенос центра тяжести, согласовывать движений рукой с переносом центра тяжести).</p> <p>В подвижной игре «Чья команда быстрее разгрузит баржу с арбузами?» развивать точность соблюдения направления при броске.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 47 | <p>Упражнять детей в сочетании замаха и броска при выполнении метания в даль предмета малого размера.</p> <p>Развивать у детей умения группироваться и выпрямляться в разных фазах прыжка, сохранять равновесие при приземлении.</p> <p>Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами.</p> <p>В подвижной игре «Пятнашки» формировать умение согласовывать свои действия с волеями.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| | Занятие №48 | <p>Повторить занятие №47</p> | | |
| Апрель | Занятие № 49 | <p>Упражнять детей в энергичном выполнении толчка с использованием взмаха руками при запрыгивании.</p> <p>Развивать у детей глазомер и регуляцию силы броска при сбивании маленьким предметом.</p> <p>Закреплять умение выполнять слитно замах и бросок с использованием переноса центра тяжести с одной ноги на другую.</p> <p>Приучать детей ползать по-пластунски для преодоления препятствий.</p> <p>4. В подвижной игре «Пожарные на учениях» упражнять детей в быстром лазанье с использованием перекрестной координации.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |

| | | | |
|--------------|---|-----------------------------------|----------------------------------|
| Занятие № 50 | <p>Упражнять детей в сохранении равновесия при перемещении по узкой рейке, соблюдая правильную осанку.</p> <p>Развивать умение регулировать силу броска при сбивании предметов.</p> <p>Упражнять детей в правильном выполнении прыжков в длину с разбега. Оценивать траекторию полета.</p> <p>В подвижной игре «Пожарные на учениях» упражнять детей в умении переходить от подлезания к лазанью.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ, индивидуальный |
| Занятие № 51 | <p>Упражнять детей в умении регулировать силу броска при сбивании предмета.</p> <p>Развивать функцию равновесия при ходьбе по скамейке.</p> <p>В подвижной игре «Пожарные на учениях» упражнять детей в быстром подлезании и лазанье.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Занятие № 52 | <p>Учить детей сочетать вращение короткой скакалкой с прыжком.</p> <p>Развивать у детей самостоятельность в действиях с мячом.</p> <p>3. Упражнять детей в пролезании в обруч разными способами.</p> <p>В подвижной игре «Волк во рву» уметь выбирать место и время для выполнения прыжка. Закреплять умение пользоваться прыжком в длину с разбега в игровой ситуации.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 53 | <p>В перебрасывании большого мяча через сетку упражнять детей в использовании амплитуды вперед-вверх. Для энергичного перебрасывания применять сочетание движений рук и ног.</p> <p>В прыжках через короткую скакалку сочетать вращение и подпрыгивание.</p> <p>В подвижной игре "Волк во рву" упражнять детей в использовании прыжка в длину с разбега.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 54 | <p>Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Мышеловка».</p> <p>Разучить с детьми выполнение кругового замаха при метании вдаль малого предмета из-за плеча одной рукой.</p> <p>Развивать у детей умение энергично отталкиваться при подпрыгивании на месте на двух ногах.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой, фронтальный способ |

| | | | | |
|------|--------------|---|-----------------------------------|-----------------------|
| | Занятие №55 | Упражнять детей в выполнении прыжков в высоту с разбега. Закреплять умение выполнять круговой замах в метании мешочка вдаль. Закреплять умение принимать правильное исходное положение. Развивать умение использовать перекрестную координацию при лазанье на гимнастической стенке. | Объяснение, показ, подвижная игра | Индивидуальный способ |
| | Занятие №56 | Упражнять детей в умении выполнять прыжок в длину с разбега. Развивать силу мышц рук при бросании набивного мяча. Закреплять умение энергично отталкивать предмет. Развивать умение пользоваться перекрестной координацией при лазанье по шаткой опоре. В подвижной игре «Охотник и утки» упражнять детей в попадании в движущуюся цель и развивать увертливость в беге. | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| май | Занятие № 57 | Мониторинг | Тестовые задания | Групповой способ |
| Июнь | Занятие № 58 | Учить детей изменять направление толчка при спрыгивании с предмета. Предложить детям спрыгивать в плоский обруч, лежащий спереди, слева, справа. Упражнять детей в сочетании замаха и броска при метании мешочка вдаль одной рукой снизу. В подвижной игре «Парные перебежки» приучать детей быстро набирать скорость. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 59 | Упражнять детей в использовании перекрестной координации при лазанье по гимнастической стенке. В прыжках в высоту с разбега учить детей отталкиваться одной ногой, а приземляться одновременно на две ноги, сохранять равновесие. Упражнять детей в энергичном отталкивании набивного мяча при бросании вдаль. Побуждать детей включать замах для увеличения силы броска. В подвижной игре «Ловишка с ленточкой!» упражнять детей в умении передвигаться боком, спиной, увертываясь от ловишки. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | |
|--------------|--|-----------------------------------|-----------------------------------|
| Занятие № 60 | <p>Знакомить детей с функциями толчковой и маховой ноги при выполнении прыжка на одной ноге.</p> <p>Упражнять детей в умении находить место для отталкивания при подпрыгивании с доставанием до предмета.</p> <p>Упражнять детей в ведении и забрасывании большого мяча в баскетбольную корзину.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и цыплята» упражнять детей в быстрой ориентировке в пространстве при нахождении свободного места для подлезания.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ, поточный способ |
| Занятие № 61 | <p>Знакомить детей с функциями толчковой и маховой ноги при выполнении прыжка на одной ноге.</p> <p>Упражнять детей в умении находить место для отталкивания при подпрыгивании с доставанием до предмета.</p> <p>Упражнять детей в ведении и забрасывании большого мяча в баскетбольную корзину.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и цыплята» упражнять детей в быстрой ориентировке в пространстве при нахождении свободного места для подлезания.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ, поточный способ |
| Занятие № 62 | <p>Развивать умение воспринимать показанное движение и точно передавать его при исполнении.</p> <p>Упражнять детей в выполнении прыжка в высоту с разбега.</p> <p>Знакомить детей с замахом вперед и вверх при бросании мешочка вдаль (обратить внимание на перенос центра тяжести, согласовывать движений рукой с переносом центра тяжести).</p> <p>В подвижной игре «Чья команда быстрее разгрузит баржу с арбузами?» развивать точность соблюдения направления при броске.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 63 | <p>Упражнять детей в умении отталкиваться одной ногой и приземляться на две ноги в прыжках в высоту с разбега.</p> <p>Развивать у детей умение определять время броска при метании в движущуюся цель.</p> <p>Упражнять в умении бросать снизу одной рукой. Закреплять умение правильно принимать нужное и. п.</p> <p>Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке, используя перекрестную координацию.</p> <p>Упражнять детей в беге с увертыванием различными способами в игре «Ловишка с ленточкой!»</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Индивидуальный, поточный способ |

| | | | | |
|-------------|--------------|--|-----------------------------------|--------------------------------|
| | Занятие № 64 | <p>Упражнять детей в умении оттапливаться одной ногой и приземляться на две ноги в прыжках в высоту с разбега.</p> <p>Развивать у детей умение определять время броска при метании в движущуюся цель.</p> <p>Упражнять в умении бросать снизу одной рукой. Закреплять умение правильно принимать нужное и. п.</p> <p>Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке, используя перекрестную координацию.</p> <p>Упражнять детей в беге с увертыванием различными способами в игре «Ловишка»</p> <p>Лептожкой!»</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| | Занятие № 65 | <p>В перебрасывании большого мяча через сетку упражнять детей в использовании амплитуды вперед-вверх. Для энергичного перебрасывания применять сочетание движений рук и ног.</p> <p>В прыжках через короткую скакалку сочетать вращение и подпрыгивание.</p> <p>В подвижной игре "Волк во рву" упражнять детей в использовании прыжка в длину с разбега.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Июль | Занятие № 66 | <p>Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Мышеловка».</p> <p>Разучить с детьми выполнение кругового замаха при метании вдаль малого предмета из-за плеча одной рукой.</p> <p>Развивать у детей умение энергично отталкиваться при подпрыгивании на месте на двух ногах</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой и фронтальный способ |
| | Занятие № 67 | <p>В перебрасывании большого мяча через сетку упражнять детей в использовании амплитуды вперед-вверх. Для энергичного перебрасывания применять сочетание движений рук и ног.</p> <p>В прыжках через короткую скакалку сочетать вращение и подпрыгивание.</p> <p>В подвижной игре "Волк во рву" упражнять детей в использовании прыжка в длину с разбега.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 68 | <p>Учить детей изменять направление голычка при спрыгивании с предмета. Предложить детям спрыгивать в плоский обруч, лежащий спереди, слева, справа.</p> <p>Упражнять детей в сочетании замаха и броска при метании мешочка вдаль одной рукой снизу.</p> <p>В подвижной игре «Парные перебежки» привучать детей быстро набирать скорость.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | |
|--------------|---|-----------------------------------|--------------------------------|
| Занятие № 69 | <p>В перебрасывании большого мяча через сетку упражнять детей в использовании амплитуды вперед-вверх. Для энергичного перебрасывания применять сочетание движений рук и ног.</p> <p>В прыжках через короткую скакалку сочетать вращение и подпрыгивание.</p> <p>В подвижной игре "Волк во рву" упражнять детей в использовании прыжка в длину с разбега.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 70 | <p>Упражнять детей в умении выполнять прыжок в длину с разбега.</p> <p>Развивать силу мышц рук при бросании набивного мяча. Закреплять умение энергично отталкивать предмет. Развивать умение пользоваться перекрестной координацией при лазанье по шаткой опоре.</p> <p>В подвижной игре «Охотник и утки» упражнять детей в попадании в движущуюся цель и развивать увертливость в беге.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| Занятие № 71 | <p>Побуждать детей к энергичному отталкиванию в прыжках в длину с места.</p> <p>Развивать у детей умения выполнять бросок двумя руками в баскетбольное кольцо с ходу, самостоятельно выбирать способ броска.</p> <p>Развивать силу мышц рук при выполнении подтягивания на скамейке.</p> <p>Познакомить с правилами и содержанием подвижной игры «Хитрая лиса».</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 72 | <p>В перебрасывании большого мяча через сетку упражнять детей в использовании амплитуды вперед-вверх. Для энергичного перебрасывания применять сочетание движений рук и ног.</p> <p>В прыжках через короткую скакалку сочетать вращение и подпрыгивание.</p> <p>В подвижной игре "Волк во рву" упражнять детей в использовании прыжка в длину с разбега.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 73 | <p>В прыжках в длину с разбега упражнять детей в умении отталкиваться одной ногой, а приземляться на две ноги.</p> <p>Упражнять детей в умении самостоятельно выполнять бросок в движущуюся цель: определять время, скорость и направление броска.</p> <p>Развивать быстроту реакции на сигнал и скорость бега в игре «Не оставайся на полу».</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой и фронтальный способ |

| | | | | |
|--------|--------------|--|-----------------------------------|------------------------------|
| Август | Занятие № 74 | <p>Учить детей изменять направление толчка при спрыгивании с предмета. Предложить детям спрыгивать в плоский обруч, лежащий спереди, слева, справа.</p> <p>Упражнять детей в сочетании замаха и броска при метании мешочка вдаль одной рукой снизу.</p> <p>В подвижной игре «Парные перебежки» приучать детей быстро набирать скорость.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 75 | <p>Упражнять детей в использовании перекрестной координации при лазанье по гимнастической стенке.</p> <p>В прыжках в высоту с разбега учить детей отталкиваться одной ногой, а приземляться одновременно на две ноги, сохранять равновесие.</p> <p>Упражнять детей в энергичном отталкивании набивного мяча при бросании вдаль.</p> <p>Побуждать детей включать замах для увеличения силы броска.</p> <p>В подвижной игре «Ловишка с ленточкой!» упражнять детей в умении передвигаться боком, спиной, увертываясь от ловишки.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 76 | <p>Знакомить детей с функциями толчковой и маховой ноги при выполнении прыжка на одной ноге.</p> <p>Упражнять детей в умении находить место для отталкивания при подпрыгивании с доставанием до предмета.</p> <p>Упражнять детей в ведении и забрасывании большого мяча в баскетбольную корзину.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и цыплята» упражнять детей в быстрой ориентировке в пространстве при нахождении свободного места для подлезания.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой и посменный способ |
| | Занятие № 77 | <p>В перебрасывании большого мяча через сетку упражнять детей в использовании амплитуды вперед-вверх. Для энергичного перебрасывания применять сочетание движений рук и ног.</p> <p>В прыжках через короткую скакалку сочетать вращение и подпрыгивание.</p> <p>В подвижной игре "Волк во рву" упражнять детей в использовании прыжка в длину с разбега.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | |
|--------------|---|-----------------------------------|-----------------------------|
| Занятие № 78 | <p>Продолжать учить детей с функциями толчковой и маховой ноги при выполнении прыжка на одной ноге.</p> <p>Упражнять детей в умении находить место для отталкивания при подпрыгивании с доставанием до предмета.</p> <p>Упражнять детей в ведении и забрасывании большого мяча в баскетбольную корзину.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и цыплята» упражнять детей в быстрой ориентировке в пространстве при нахождении свободного места для подлезания.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой и поточный способ |
| Занятие № 79 | <p>Упражнять детей в сочетании замаха и броска при выполнении метания вдаль предмета малого размера.</p> <p>Развивать у детей умения группироваться и выпрямляться в разных фазах прыжка, сохранять равновесие при приземлении.</p> <p>Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами.</p> <p>В подвижной игре «Пятнашки» формировать умение согласовывать свои действия с водящим.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| Занятие № 80 | <p>Учить детей изменять направление толчка при спрыгивании с предмета. Предложить детям спрыгивать в плоский обруч, лежащий спереди, слева, справа.</p> <p>Упражнять детей в сочетании замаха и броска при метании мешочка вдаль одной рукой снизу.</p> <p>В подвижной игре «Парные перебежки» приучать детей быстро набирать скорость.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 81 | <p>В перебрасывании большого мяча через сетку упражнять детей в использовании амплитуды вперед-вверх. Для энергичного перебрасывания применять сочетание движений рук и ног.</p> <p>В прыжках через короткую скакалку сочетать вращение и подпрыгивание.</p> <p>В подвижной игре "Волк во рву" упражнять детей в использовании прыжка в длину с разбега.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

Комплексное планирование (с 6 до 7 лет)

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают скорость, направление движения, смену темпа и ритма. Растут возможности пространственной ориентировки, заметно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей этого возраста вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать

красоту и гармонию движений. Нередко проявляются личные вкусы в выборе физических упражнений.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

Катание на санках. Поднимать во время спуска заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать поворот. Участвовать в играх — эстафетах с санками.

Скольжение. Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.

Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двух шажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2-

3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить.

Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на велосипеде и самокате. Ездить на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мячи друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

Бадминтон. Правильно держать ракетку. Перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку. Свободно передвигаться по площадке во время игры.

Элементы настольного тенниса. Правильно держать ракетку.

Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену. Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

Подвижные игры

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и насадка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры. «Гори, гори ясно», лапта.

| Месяц | № п/п занятия | Цель | Методы и приемы | Форма организации |
|----------|---------------|--|---|--------------------|
| 1 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Сентябрь | | Адаптация. Педагогическое обследование. | Тестовые задания | |
| Октябрь | Занятие № 1 | Предложить детям назвать правильное положение головы и туловища при ходьбе. Упражнять детей в умении мягко приземляться на полусогнутые ноги в подпрыгиваниях на месте с разной силой отталкивания. Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой повыше и правильно ловить его. Сочетать движения рук и ног. В подвижной игре «Медведь и пчелы» упражнять в лазанье, не пропуская реек. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Фронтальный способ |

| | | | |
|-------------|---|---|---------------------------------------|
| Занятие № 2 | <p>Развивать у детей умение сохранять правильную осанку при ходьбе.</p> <p>Упражнять детей в умении выполнять слитно прыжки при продвижении вперед, регулировать силу отталкивания в соответствии с заданиями. Закреплять умение мягко приземляться.</p> <p>Развивать перекрестную координацию в ползании.</p> <p>Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Перелет птиц».</p> <p>Упражнять детей в умении выполнять лазанье, не пропуская реек.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| Занятие № 3 | <p>Упражнять детей в умении регулировать силу толчка в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой, ловить его, сочетая движения рук и ног.</p> <p>Закреплять умение выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия.</p> <p>В подвижной игре «Перелет птиц» упражнять детей в умении лазать с использованием перекрестной координации.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ Поточный способ |
| Занятие № 4 | <p>Упражнять детей в умении подбрасывать малый мяч одной рукой и ловить его той же рукой; перебрасывать мяч из одной руки в другую.</p> <p>В прыжках через валик упражнять детей в отталкивании одновременно двумя ногами и мягком приземлении.</p> <p>Развивать у детей умение самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия.</p> <p>В подвижной игре «Медведь и пчелы» упражнять детей лазанье с использованием перекрестной координации.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ Поточный способ |
| Занятие № 5 | <p>Закреплять умение выполнять прыжок в длину с места. Привлечь внимание детей к выполнению замаха для увеличения дальности полета.</p> <p>Приучать детей самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия. Стремиться выполнить подлезание с ходу.</p> <p>В подвижной игре «Догони свою пару» упражнять детей в умении принимать и. п. и быстро набирать скорость бега.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |

| | | | | |
|---------------|--------------|---|---|------------------|
| | Занятие № 6 | Закреплять умение согласовывать движения рук и ног при отбивании мяча о пол и ведении его по прямой. В прыжках в длину с места упражнять детей в слитном выполнении замаха и отталкивания. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Коршун и наседка». | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 7 | В прыжках в длину с места побуждать детей выполнять движение на пределе своих возможностей. Упражнять детей в умении вести мяч между предметами, меняя скорость движения при ведении мяча. В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» закреплять умение выбирать способ подлезания, быстро переходить от бега к подлезанию. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 8 | Упражнять детей в правильной ловле и точном бросании большого мяча. Оценить согласованность действий рук и ног. Закреплять умение лазать с использованием перекрестной координации при подъеме и спуске по гимнастической стенке. В подвижной игре «Перемени предмет» закреплять умение быстро набирать скорость и проявлять ловкость при смене предметов. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие №9 | Повторить занятие №8 | | |
| Ноябрь | Занятие № 10 | Упражнять детей в умении сочетать ведение мяча и забрасывание его в баскетбольную корзину от головы двумя руками или от груди двумя руками. Закреплять умение пролезать в обруч, выполняя последовательно цепь действий: перенести ногу через обруч на другую сторону, перенести центр тяжести на эту ногу. Формировать слитное выполнение всех движений. Развивать равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки. В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» упражнять детей в умении передвигаться спиной вперед, боком. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|--|--------------|--|---|---------------------------------------|
| | Занятие № 11 | <p>Дорожное движение</p> <p>Закреплять умение вести мяч, перемещаясь в разном темпе.</p> <p>Закреплять знание правил дорожного движения.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | |
| | Занятие № 12 | <p>Развивать умение определять место для отталкивания в прыжках в высоту с разбега.</p> <p>Развивать умение согласовывать отбивание и ловлю мяча при действиях в паре.</p> <p>В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» упражнять детей в умении действовать разумно, передвигаясь боком, спиной вперед в зависимости от ситуации.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Фронтальный способ Поточный способ |
| | Занятие № 13 | <p>Закреплять умение в прыжках в высоту с разбега использовать разбег для увеличения силы толчка, выполнять слитно разбег и толчок. Оценить правильность положения туловища при приземлении.</p> <p>Упражнять детей в умении самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия и их роста. Приучать выполнять подлезание быстро с ходу.</p> <p>В подвижной игре «Перебрось мяч через сетку» упражнять детей в умении бросать мяч с разной силой с учетом расстояния, выпускать мяч по дугообразной траектории.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 14 | <p>Закреплять умение вести мяч и передавать его на ходу партнеру, ловить мяч с отскоком от земли и без отскока.</p> <p>Развивать у детей силу отталкивания в прыжках на скамейку. Закреплять выполнение группировки.</p> <p>В подвижной игре «Медведь и пчелы» упражнять детей в лазанье с использованием перекрестной координации в быстром темпе, не пропуская реек.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Индивидуальный, посменный способ |
| | Занятие № 15 | <p>Упражнять детей в ведении и забрасывании мяча в баскетбольное кольцо.</p> <p>Развивать силу отталкивания при запрыгивании на гимнастическую скамейку, покрытую матом. Оценить умение выполнять группировку при запрыгивании.</p> <p>Упражнять детей в умении ползать попластунски, используя перекрестную координацию.</p> <p>В подвижной игре «Медведь и пчелы» упражнять в лазанье быстрым темпом, не пропуская реек.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |

| | | | | |
|----------------|--------------|---|--|---|
| | Занятие № 16 | <p>Упражнять детей в умении лазать по гимнастической стенке перекрестной координацией, переходя с одного пролета на другой.</p> <p>Закрепить умение слитно выполнять замах и толчок в прыжках в длину с места.</p> <p>Развивать у детей самостоятельность в выборе позы при подтягивании на скамейке лежа на животе.</p> <p>В подвижной игре «Мяч водящему» упражнять детей в точном бросании и ловле мяча, в умении быстро после броска освобождать место партнерам.</p> | <p>Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра</p> | <p>Потоchnый, индивидуальный способ</p> |
| | Занятие № 17 | <p>Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке перекрестной координацией с переходом вверху на другую пролет.</p> <p>В прыжках в длину с места побуждать детей отталкиваться вперед-вверх.</p> <p>Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, выполняя мах прямой ногой вперед (под углом 90гр).</p> <p>Закрепить умение ловить и бросать мяч, соблюдая направление и силу отталкивания в игре «Мяч водящему».</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Групповой способ</p> |
| | Занятие №18 | <p>Повторить занятие №17</p> | | |
| Декабрь | Занятие № 19 | <p>Упражнять детей в умении начинать бег из разных исходных положений (стоя спиной к направлению движения, стоя на коленях, сидя ноги скрестно).</p> <p>Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет слева и справа.</p> <p>Развивать равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки.</p> <p>Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Охотники и звери».</p> | <p>Объяснение, показ, подвижная игра</p> | <p>Групповой, поточный способ</p> |

| | | | |
|--------------|--|---|------------------|
| Занятие № 20 | <p>Знакомить детей с быстрым переходом из положения, лежа на животе к бегу.</p> <p>В прыжках в высоту с разбега упражнять детей в умении определять место для отталкивания, слитно выполнять разбег и отталкивание.</p> <p>Упражнять детей в умении выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия и их роста.</p> <p>В подвижной игре "Охотники и звери» развивать умение выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели (цель близко или далеко; метать снизу или от плеча).</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие №21 | <p>Упражнять детей в умении быстро начинать бег из положения лежа на животе.</p> <p>Закреплять умение правильно выполнять все составные элементы прыжка в высоту с прямого разбега, добиваться слитности их выполнения.</p> <p>Развивать у детей быстроту действий при подлезании под дуги разной высоты.</p> <p>В подвижной игре «Охотники и звери» упражнять детей в умении прицельно выполнять метание.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 22 | <p>Упражнять детей в умении вести мяч правой и левой рукой и забрасывать его в баскетбольное кольцо.</p> <p>Развивать способность сохранять равновесие на гимнастической скамейке, выполняя приседание и поворот на 90гр.</p> <p>В прыжках через набивные мячи развивать силу отталкивания и выполнять прыжки слитно.</p> <p>Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Ловля обезьян».</p> <p>Упражнять в быстром лазанье на высоту.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 23 | <p>Упражнять детей в умении вести мяч правой и левой рукой и забрасывать его в баскетбольное кольцо с расстояния 2 и 3 м.</p> <p>Закреплять умение выполнять толчок двумя ногами в определенном направлении при спрыгивании со скамейки.</p> <p>Упражнять детей в использовании перекрестной координации при ползании по полу и скамейке.</p> <p>В подвижной игре «Ловля обезьян» упражнять детей в быстром лазанье по гимнастической стенке и веревочной лестнице.</p> | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Поточный способ |

| | | | | |
|--------|--------------|---|---|----------------------------|
| | Занятие № 24 | Закрепить умение выполнять круговой замах при метании вдаль из-за плеча одной рукой. При прыгивании побуждать детей выпрыгивать вверх, увеличивать силу отталкивания. Упражнять детей в умении пользоваться перекрестной координацией при ползании на предплечьях и коленях. В подвижной игре «Перемени предмет» упражнять детей в быстром беге, используя ускорение короткими шагами. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Посменный, поточный способ |
| | Занятие № 25 | Упражнять детей в умении выполнять круговой замах при метании вдаль мешочков, шишек. Обратить внимание, какой предмет летит дальше и почему. Упражнять детей в энергичном отталкивании при прыгивании, приучать регулировать силу отталкивания с учетом расстояния, развивать умение сохранять равновесие при приземлении. В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» упражнять детей в умении передвигаться боком, спиной вперед; экономить силы с учетом действий ловишки. | Объяснение, показ, игровое упражнение, подвижная игра | Посменный, Поточный способ |
| | Занятие №26 | Развивать у детей силу отталкивания при бросании набивного мяча. Приучать выбрасывать предмет вперед-вверх. В прыжках в длину с места побуждать детей выполнять энергичный замах руками для увеличения силы толчка. В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» развивать умение самостоятельно организовывать и проводить игру. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Январь | Занятие № 27 | Развивать у детей умение проводить знакомые развивающие упражнения со сверстниками. Предложить детям самостоятельно выбрать движения для занятия, готовить условия для их выполнения. Формировать умение организовываться для совместного выполнения знакомых физических упражнений. Поручить организацию и проведение выбранной игры детям. | Объяснение, показ, подвижная игра | |

| | | | | |
|--|--------------|---|-----------------------------------|-----------------------------------|
| | Занятие № 28 | <p>Развивать у детей умение проводить знакомые развивающие упражнения со сверстниками.</p> <p>Предложить детям самостоятельно выбрать движения для занятия, готовить условия для их выполнения. Формировать умение организовываться для совместного выполнения знакомых физических упражнений.</p> <p>Поручить организацию и проведение выбранной игры детям.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | |
| | Занятие № 29 | <p>Уточнить с детьми выполнение броска от груди с замахом при метании вдаль набивного мяча.</p> <p>В прыжках в длину с разбега закреплять отталкивание одной ногой, приземление одновременно на две ноги.</p> <p>Упражнять детей в умении выполнять подлезание с ходу под дуги и шнуры, выбирать способ подлезания с учетом их роста.</p> <p>Знакомить детей с содержанием и правилами игры "Два Мороза». Развивать ловкость, увертливость.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ, посменный способ |
| | Занятие № 30 | <p>При метании набивного мяча вдаль побуждать детей к достижению хорошего результата, закреплять согласованность действий руками и ногами при метании.</p> <p>В прыжках в длину с разбега привлекать внимание детей к отталкиванию вперед-вверх, побуждать выпрыгивать вверх.</p> <p>В подвижной игре «Чья команда быстрее построится дворец?» упражнять детей в умении бегать быстро, не наталкиваясь друг на друга.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ, посменный способ |
| | Занятие № 31 | <p>Упражнять детей в бросании мяча партнеру на заданное расстояние и в определенном направлении. Закреплять правильную ловлю мяча захватом с боков.</p> <p>Оценить правильность выполнения прыжка в длину с места и количественные показатели.</p> <p>В подвижной игре «Ловля обезьян» закреплять умение быстро переходить от бега к лазанью. Привлечь внимание к точности передачи движений, показанных ловцами.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |

| | | | | |
|----------------|--------------|---|-----------------------------------|------------------------------|
| | Занятие № 32 | <p>Упражнять детей в перебрасывании и ловле большого мяча; уметь быстро реагировать на летящий мяч, выполнять дополнительные движения вперед, в сторону, назад. Оценить правильность выполнения прыжков в высоту с разбега, количественные показатели.</p> <p>В подвижной игре «Ловля обезьян» развивать способность быстро выполнять лазанье пере крестной координацией.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный, поточный способ |
| Февраль | Занятие № 33 | <p>Развивать силу толчка; в прыжках на мат с разбега закрепить умение выполнять толчок одной ногой, а приземляться на две. Приучать детей быстро переходить от подлезания к лазанью с использованием перекрестной координации. Упражнять в выполнении перехода с одного пролета гимнастической стенки на другой.</p> <p>В подвижной игре «В чьей команде меньше мячей?» обратить внимание детей на преимущество бросков издали перед бегом с мячом к сетке.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| | Занятие № 34 | <p>В прыжках на мат с разбега побуждать детей выносить руки вперед для наклона туловища вперед и выполнения группировки.</p> <p>2. Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке, в умении сочетать подлезания разными способами с лазаньем.</p> <p>В подвижной игре «8 чьей команде меньше мячей?» проговорить возможные варианты для быстрого перебрасывания мяча. Если мяч улетел далеко и до сетки его добросить невозможно, следует объединиться с ребенком, стоим ближе к сетке, и перебросить мяч ему; можно не бегать за одним мячом, а примерно распределить территорию и охранять ее от мячей; также необходимо подумат, кого из участников команды поставить ближе к сетке, а кого - дальше от нее.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|--|--------------|---|-----------------------------------|----------------------------|
| | Занятие № 35 | <p>Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой и ловить маленький мяч двумя руками и одной. Согласовывать движения рук и ног.</p> <p>Упражнять детей в сохранении равновесия при ходьбе по качающейся скамейке.</p> <p>Развивать умение выбирать способ подлезания с учетом высоты препятствия и своего роста.</p> <p>В подвижной игре «Мы - веселые ребята» упражнять в умении начинать быстрый бег из и. п. стоя спиной к направлению движения, стоя на коленях, лежа на животе.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Фронтальный способ |
| | Занятие № 36 | <p>Развивать умение выполнять бросок от плеча одной рукой с замахом и без него при попадании в вертикальную цель (большой мяч, подвешенный в сетке).</p> <p>В прыжках в высоту с разбега упражнять детей в умении сочетать разбег и толчок.</p> <p>Оценить умение определять место для отталкивания и выполнение группировки при приземлении.</p> <p>В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» закреплять умение передвигаться разными способами, действовать целесообразно и экономно.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный, посменный способ |
| | Занятие № 37 | <p>Упражнять детей в метании маленьким мячом в вертикальную цель. Развивать умение регулировать силу броска в зависимости от расстояния до цели.</p> <p>В прыжках в высоту с разбега обратить внимание на выпрыгивание вверх в толчке, вынос рук вперед для сохранения равновесия.</p> <p>Знакомить детей с выполнением кувырка вперед.</p> <p>В подвижной игре «Кот и мыши» упражнять детей в умении выполнять подлезание с ходу разными способами с учетом высоты препятствия.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|------|--------------|---|-----------------------------------|----------------------------------|
| | Занятие № 38 | Предложить детям самостоятельно выбрать предмет для метания (маленький мяч, деревянный шарик, теннисный мяч или мешочек) при попадании в вертикальную цель (большой мяч, подвешенный в сетке). Закрепить умение выполнять кувырок вперед, следить за выполнением плотной группировки. В прыжках в высоту с разбега развивать умение преодолевать препятствие с ходу. В подвижной игре «Мыши в кладовой» упражнять детей в умении последовательно пользоваться разными способами подлезания. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой, индивидуальный способ |
| | Занятие № 39 | В прыжках в длину с разбега вырабатывать слитность выполнения разбега и толчка. Упражнять детей в выполнении кувырка вперед. Закрепить умение выполнять метание в вертикальную цель (большой мяч в сетке) различными предметами с разного расстояния. В подвижной игре «Лиса в курятнике» упражнять детей в умении быстро переходить от подлезания к лазанью. | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 40 | Упражнять детей в выполнении прыжка в длину с разбега. Побуждать детей отталкиваться вперед-вверх, взлетать после толчка. Развивать умение резко выпустить предмет при метании вдаль. Упражнять детей в быстроте выполнения подлезания боком в обруч. В подвижной игре "Лиса в курятнике» развивать умение влезать быстро на гимнастическую стенку, веревочную лестницу. | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Март | Занятие № 41 | В прыжках в длину с разбега побуждать детей к выполнению энергичного толчка, слитному выполнению разбега и толчка. Упражнять детей в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствия разной высоты. Знакомить с содержанием и правилами игры «Ловишки с мячом». Приучать водящих готовиться к выполнению метания. | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | |
|--------------|--|-----------------------------------|------------------|
| Занятие № 42 | <p>Упражнять детей в выполнении группировки при запрыгивании на скамейку. Развивать умение сохранять равновесие при спрыгивании с поворотом на 180 и 90°.</p> <p>Упражнять в быстром переходе к подлезанию разными способами. В подвижной игре «Ловишки с мячом» закреплять умение готовиться к броску заранее, развивать прицельность при попадании в неподвижную цель.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| Занятие № 43 | <p>Закреплять умение выполнять ведение мяча и забрасывание его в баскетбольное кольцо. Развивать способность лазать с использованием перекрестной координации, переходя с одного пролета на другой.</p> <p>Упражнять детей в выполнении кувырка вперед.</p> <p>Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Лягушки и цапли».</p> <p>Упражнять в мягком выполнении запрыгивания.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие № 44 | <p>Упражнять детей в ведении и передаче мяча партнеру. Закреплять умение бросать мяч от головы двумя руками, сочетая движения рук и энергичное выпрямление ног.</p> <p>Упражнять в лазанье с использованием перекрестной координации. Предложить детям самостоятельно оценить правильность выполнения задания.</p> <p>В подвижной игре «Лягушки и цапли» предложить детям самостоятельно выбирать высоту для запрыгивания.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие №45 | <p>В прыжках в длину с места упражнять детей в слитном, естественном выполнении и. п., замаха, толчка и приземления. Развивать способность сохранять равновесие при приземлении.</p> <p>В перебрасывании и ловле мяча в парах развивать умение выпускать предмет по дугообразной траектории, ловить мяч, захватывая его с боков, следить за полетом мяча и развивать реакцию на летящий мяч.</p> <p>В подвижной игре "Перелет птиц» упражнять детей в быстром влезании на гимнастическую стенку, используя перекрестную координацию; выполнять запрыгивание на гимнастическую скамейку с ходу.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |

| | | | | |
|--------|--------------|---|-----------------------------------|----------------------------|
| | Занятие № 46 | <p>В прыжках в длину с места побуждать детей согласовывать движения ног, рук, туловища для увеличения силы толчка.</p> <p>Упражнять детей в подтигивании на скамейке лежа на животе. Оценить, при каком положении ног подтигиваться труднее.</p> <p>В подвижной игре «Поменяйтесь местами» упражнять детей в точной передаче мяча, прав и левой его ловле. Учить распределять внимание на действия с мячом и бег.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| | Занятие № 47 | <p>В прыжках в высоту с разбега упражнять детей в слитном выполнении разбега и толчка. Привлечь внимание детей к отталкиванию вверх-вперед. Уточнить связь места для отталкивания и результативности прыжка.</p> <p>Закрепить умение энергично отталкивать набивной мяч, согласуя движения рук, ног и туловища. Развивать силу отталкивания.</p> <p>В подвижной игре «Поменяйтесь местами» упражнять детей в точной передаче и ловле большого мяча; приучать быстро, переходить от броска к бегу.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный, поточный способ |
| | Занятие № 48 | <p>Упражнять детей в выполнении прыжка в высоту с разбега. Развивать умение сохранять равновесие, наклоняться вперед.</p> <p>Закрепить умение энергично отталкивать набивной мяч, завершая движение кистью руки.</p> <p>В подвижной игре «Наседка и пылята» упражнять детей в умении выбирать способ подлезания в зависимости от их роста и высоты препятствия, развивать способность подлезать быстро с ходу, освобождая место для других.</p> | | |
| Апрель | Занятие № 49 | <p>В прыжках в высоту с разбега предложить детям самостоятельно определить расстояние для разбега. Подчеркнуть связь быстрого разбега и толчка.</p> <p>В метании в цель упражнять детей в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели.</p> <p>В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» развивать у детей умение передвигаться боком, спиной вперед, сохраняя равновесие и меняя скорость.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный, посменный способ |

| | | | |
|--------------|--|-----------------------------------|----------------------------------|
| Занятие № 50 | <p>Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестной координации. Закреплять умение выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели. Оценить правильность выполнения и. п. и броска.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» развивать силу и дальность толчка при продвижении прыжками на двух ногах.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ, индивидуальный |
| Занятие № 51 | <p>Закреплять умение энергично отталкиваться и группироваться при выполнении запрыгивания.</p> <p>В подвижной игре «Пожарные на учениях» упражнять детей в быстром влезании на гимнастическую стенку с использованием перекрестной координации.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Поточный способ |
| Занятие № 52 | <p>Упражнять детей в умении выполнять группировку при запрыгивании на скамейку и высоко выпрыгивать для выполнения поворота.</p> <p>Закреплять умение вести и забрасывать мяч в баскетбольное кольцо.</p> <p>В подвижной игре «Пожарные на учениях» вырабатывать сочетание подлезания - бега - лазанья.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие №53 | <p>Упражнять детей в ведении, передаче, ловле и забрасывании в баскетбольное кольцо большого мяча. Развивать согласованность действий партнеров.</p> <p>В прыжках в длину с места отрабатывать умение отталкиваться вперед-вверх.</p> <p>Упражнять детей в умении передвигаться боком, спиной вперед, сохраняя равновесие в игре «Ловишка, бери ленту!».</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой способ |
| Занятие №54 | <p>Формировать у детей умение забрасывать большой мяч в баскетбольное кольцо с ходу, сразу после передачи.</p> <p>Предложить детям самостоятельно оценить дальность прыжка в длину с места.</p> <p>В подвижной игре «Догони свою пару» упражнять детей в умении начинать бег быстро из разных исходных положений: стоя спиной к направлению движения, стоя на коленях, сидя ноги скрестно, лежа на животе.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Групповой , фронтальный способ |

| | | | | | |
|-------------|--------------|--|--|-----------------------------------|-----------------------|
| | | | | | |
| | | Занятие №56 | <p>Упражнять детей в выполнении прыжка в длину с разбега. Побуждать к достижению высокого результата, активно используя разбег.</p> <p>Упражнять детей в умении вести мяч, передавать и забрасывать его в баскетбольное кольцо. Развивать согласованность действий между партнерами.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее доберется через препятствия к колокольчику?» закрепить умение детей лазать быстро с использованием перекрестной координации, выбирать способ подлезания с учетом высоты препятствия и собственного роста.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Посменный способ |
| | | Занятие №57 | <p>Повторение занятия 36</p> | | |
| Май | Занятие №58 | Педагогическое обследование. | Тестовые задания | | |
| Июнь | Занятие № 59 | <p>В прыжках в длину с разбега побуждать детей к выполнению энергичного толчка, слитному выполнению разбега и толчка. Упражнять детей в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствия разной высоты.</p> <p>Знакомить с содержанием и правилами игры «Ловишки с мячом». Приучать водящих готовиться к выполнению метания.</p> | | Групповой способ | |
| | | Занятие №55 | <p>В прыжках в длину с разбега вырабатывать слитное выполнение разбега и толчка. Предложить детям сравнить дальность прыжка при коротком и дальнем разбеге. В последнем прыжке предоставить право выбора длины разбега ребенку.</p> <p>Предложить детям выполнять забрасывание мяча в баскетбольное кольцо в тройках: один ведет мяч и за 3-4 шага до кольца передает мяч ребенку, стоящему перед кольцом.</p> <p>Поймав этот мяч, ребенок передает его третьему, набегавшему с другой стороны. Развивать согласованность действий между игроками.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» развивать умение детей выбирать быстрый способ подлезания с учетом их роста.</p> | Объяснение, показ, подвижная игра | Индивидуальный способ |

| | | | |
|--------------|--|--|----------------------------------|
| Занятие № 60 | <p>Развивать умение выполнять бросок от плеча одной рукой с замахом и без него при попадании в вертикальную цель (большой мяч, подвешенный в сетке).</p> <p>В прыжках в высоту с разбега упражнять детей в умении сочетать разбег и толчок. Оценить умение определять место для отталкивания и выполнение группировки при приземлении.</p> <p>В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» закреплять умение передвигаться разными способами, действовать целесообразно и экономно.</p> | | Индивидуальный и поточный способ |
| Занятие № 61 | <p>Развивать у детей умение проводить знакомые развивающие упражнения со сверстниками.</p> <p>Предложить детям самостоятельно выбрать движения для занятия, готовить условия для их выполнения. Формировать умение организовываться для совместного выполнения знакомых физических упражнений.</p> <p>Поручить организацию и проведение выбранной игры детям.</p> | | Групповой способ |
| Занятие № 62 | <p>Упражнять детей в ведении, передаче, ловле и забрасывании в баскетбольное кольцо большого мяча. Развивать согласованность действий партнеров.</p> <p>В прыжках в длину с места отрабатывать умение отталкиваться вперед-вверх.</p> <p>Упражнять детей в умении передвигаться боком, спиной вперед, сохраняя равновесие в игре «Ловишка, бери ленту!».</p> | | Групповой способ |
| Занятие № 63 | <p>В прыжках в высоту с разбега предложить детям самостоятельно определять расстояние для разбега. Подчеркнуть связь быстрого разбега и толчка.</p> <p>В метании в цель упражнять детей в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели.</p> <p>В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» развивать у детей умение передвигаться боком, спиной вперед, сохраняя равновесие и меняя скорость.</p> | | Поточный и посменный способ |

| | | | | |
|------|--------------|--|--|-----------------------------|
| | Занятие № 64 | <p>В прыжках в высоту с разбега упражнять детей в слитном выполнении разбега и толчка. Привлечь внимание детей к отталкиванию вверх-вперед. Уточнить связь места для отталкивания и результативности прыжка.</p> <p>Закрепить умение энергично отталкивать набивной мяч, согласуя движения рук, ног и туловища. Развивать силу отталкивания.</p> <p>В подвижной игре «Поменяйтесь местами» упражнять детей в точной передаче и ловле большого мяча; приучать быстро, переходить от блока к бегу</p> | | Групповой способ |
| | Занятие № 65 | <p>В прыжках в высоту с разбега предложить детям самостоятельно определять расстояние для разбега. Подчеркнуть связь быстрого разбега и толчка.</p> <p>В метании в цель упражнять детей в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели.</p> <p>В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» развивать у детей умение передвигаться боком, спиной вперед, сохраняя равновесие и меняя скорость.</p> | | Поточный и посменный способ |
| | Занятие № 66 | <p>Упражнять детей в выполнении прыжка в длину с разбега. Побуждать к достижению высокого результата, активно используя разбег.</p> <p>Упражнять детей в умении вести мяч, передавать и забрасывать его в баскетбольное кольцо. Развивать согласованность действий между партнерами.</p> <p>В подвижной игре «Кто быстрее доберется через препятствия к колокольчику?» закрепить умение детей лазать быстро с использованием перекрестной координации, выбирать способ подлезания с учетом высоты препятствия и собственного роста</p> | | Поточный и посменный способ |
| Июль | Занятие № 67 | <p>Спортивный праздник «День здоровья» Игры и эстафеты</p> | | Поточный и посменный способ |
| | Занятие № 68 | <p>В прыжках в длину с разбега побуждать детей к выполнению энергичного толчка, слитному выполнению разбега и толчка. Упражнять детей в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствия разной высоты.</p> <p>Знакомить с содержанием и правилами игры «Ловишки с мячом». Приучать водящих готовиться к выполнению метания.</p> | | Групповой способ |

| | | | |
|--------------|--|--|-----------------------------|
| Занятие № 69 | <p>В прыжках в высоту с разбега предложить детям самостоятельно определять расстояние для разбега. Подчеркнуть связь быстрого разбега и толчка.</p> <p>В метании в цель упражнять детей в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели.</p> <p>В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» развивать у детей умение передвигаться боком, спиной вперед, сохраняя равновесие и меняя скорость.</p> | | Поточный и посменный способ |
| Занятие № 70 | <p>В прыжках в высоту с разбега упражнять детей в слитном выполнении разбега и толчка. Привлечь внимание детей к отталкиванию вверх-вперед. Уточнить связь места для отталкивания и результативности прыжка.</p> <p>Закреплять умение энергично отталкивать набивной мяч, согласуя движения рук, ног и туловища. Развивать силу отталкивания.</p> <p>В подвижной игре «Поменяйтесь местами» упражнять детей в точной передаче и ловле большого мяча; приучать быстро, переходить от броска к бегу.</p> | | Групповой способ |
| Занятие № 71 | <p>В прыжках в высоту с разбега предложить детям самостоятельно определять расстояние для разбега. Подчеркнуть связь быстрого разбега и толчка.</p> <p>В метании в цель упражнять детей в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели.</p> <p>В игре «Ловишка парами» научить детей договариваться действовать сообща</p> | | Групповой способ |
| Занятие № 72 | <p>В прыжках в длину с разбега побуждать детей к выполнению энергичного толчка, слитному выполнению разбега и толчка.</p> <p>Упражнять детей в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствия разной высоты.</p> <p>В игре «Волк во рву» учить детей энергичному отталкиванию при прыжках в длину с разбега</p> | | Поточный и посменный способ |
| Занятие № 73 | <p>Упражнять детей в умении вести мяч, передавать и забрасывать его в баскетбольное кольцо. Развивать согласованность действий между партнерами.</p> <p>Учить детей бегать врассыпную, строится по сигналу в игровом задании «Чья команда быстрее построится»</p> | | Групповой способ |

| | | | | |
|--------|--------------|--|--|-----------------------------|
| | Занятие № 74 | <p>В прыжках в высоту с разбега предложить детям самостоятельно определять расстояние для разбега. Подчеркнуть связь быстрого разбега и толчка.</p> <p>В метании в цель упражнять детей в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели.</p> <p>В игре «Ловишка парами» научить детей договариваться действовать сообща</p> | | Групповой способ |
| Август | Занятие № 75 | <p>В прыжках в длину с разбега побуждать детей к выполнению энергичного толчка, слитному выполнению разбега и толчка.</p> <p>Упражнять детей в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствия разной высоты.</p> <p>Знакомить с содержанием и правилами игры «Ловишки с мячом». Приучать водящих готовиться к выполнению метания.</p> | | Групповой способ |
| | Занятие № 76 | <p>В прыжках в высоту с разбега предложить детям самостоятельно определять расстояние для разбега. Подчеркнуть связь быстрого разбега и толчка.</p> <p>В метании в цель упражнять детей в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели.</p> <p>В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» развивать у детей умение передвигаться боком, спиной вперед, сохраняя равновесие и меняя скорость.</p> | | Поточный и посменный способ |
| | Занятие № 77 | <p>Упражнять детей в умении вести мяч, передавать и забрасывать его в баскетбольное кольцо. Развивать согласованность действий между партнерами.</p> <p>Учить детей бегать врассыпную, строится по сигналу в игровом задании «Чья команда быстрее построится»</p> | | Групповой способ |
| | Занятие № 78 | <p>В прыжках в высоту с разбега предложить детям самостоятельно определять расстояние для разбега. Подчеркнуть связь быстрого разбега и толчка.</p> <p>В метании в цель упражнять детей в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели.</p> <p>В игре «Ловишка парами» научить детей договариваться действовать сообща</p> | | Групповой способ |

| | | | |
|--------------|--|--|-----------------------------|
| Занятие № 79 | <p>В прыжках в длину с разбега побуждать детей к выполнению энергичного толчка, слитному выполнению разбега и толчка. Упражнять детей в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствия разной высоты.</p> <p>Знакомить с содержанием и правилами игры «Ловишки с мячом». Приучать водящих готовиться к выполнению метания.</p> | | Групповой способ |
| Занятие № 80 | <p>В прыжках в высоту с разбега предложить детям самостоятельно определять расстояние для разбега. Подчеркнуть связь быстрого разбега и толчка.</p> <p>В метании в цель упражнять детей в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели.</p> <p>В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» развивать у детей умение передвигаться боком, спиной вперед, сохраняя равновесие и меняя скорость.</p> | | Поточный и посменный способ |
| Занятие № 81 | <p>В прыжках в длину с разбега побуждать детей к выполнению энергичного толчка, слитному выполнению разбега и толчка. Упражнять детей в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствия разной высоты.</p> <p>В игре «Волк во рву» учить детей энергичному отталкиванию при прыжках в длину с разбега</p> | | Поточный и посменный способ |
| Занятие № 82 | <p>В прыжках в длину с разбега побуждать детей к выполнению энергичного толчка, слитному выполнению разбега и толчка. Упражнять детей в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствия разной высоты.</p> <p>Знакомить с содержанием и правилами игры «Ловишки с мячом». Приучать водящих готовиться к выполнению метания.</p> | | Групповой способ |

Организация мероприятий – праздников, досугов, развлечений

| Месяц | Форма работа | Тема мероприятий | Группа | Место проведения |
|----------|---|---|---|----------------------------------|
| Сентябрь | Спортивный досуг | «Спортивное ориентирование» | Подготовительные группы | Спортивная площадка |
| Октябрь | Спортивный досуг | «Кто, кто в теремочке живёт» | средние группы | спортивный зал |
| Ноябрь | Спортивный досуг | «Осенний листопад» | Подготовительные группы | спортивный зал |
| | Спортивный досуг Спортивный праздник | «Дорожная азбука» «Папа, мама, я спортивная семья» | Старшие группы Команды из подготовительных групп | спортивный зал спортивный зал |
| Февраль | Спортивный праздник | «Бравые солдаты» | Подготовительные группы | спортивный зал |
| | Спортивный праздник | «Военные учения» | Старшие группы | спортивный зал |
| Апрель | Спортивный праздник | «Космос и мы» | Подготовительные группы | спортивный зал |
| | Спортивный досуг | «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» | Старшие группы | спортивный зал |
| Май | Спортивный праздник | «Вот и лето пришло!» | Старшие и подготовительные группы | Спортивная площадка |

ПРИЛОЖЕНИЕ

Календарный план воспитательной работы
Сентябрь

| Направление воспитательной работы | Название мероприятия Группы | | | | | Ответственные |
|-----------------------------------|---|--|---|---|--|---|
| | Ранний возраст | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст | Подготовительный к школе возраст | |
| Патриотическое | «Здравствуй детский сад!» (адаптационные игры) | «Будем знакомы!» (создание семейных альбомов) | Выставка коллажей «Я и моя семья» | | 1 Сентября: День знаний Праздник «День знаний» | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Духовно-нравственное | Потешки «утешалочки» | Потешки, Пальчиковая гимнастика «Мишка шалунишка» Народные игры и считалки Заинька, Кот и мыши, У медведя во бору» | Чтение русских народных сказок Знакомство с колыбельной (люлькой, зыбкой) и колыбельными песнями. | 27 сентября «День воспитателя и всех дошкольных работников». Беседы о том, кто трудится в детском саду, для чего нужен детский сад. Выставка детских работ "Мой «любимый детский сад», «Мой любимый педагог» | | |
| Социальное | Воспитывать доброжелательные взаимоотношения детей, развивать эмоциональную отзывчивость, привлекать к конкретным действиям помощи, заботы, участия (пожалеть, помочь, ласково обратиться). Воспитывать самостоятельность, уверенность, ориентацию на | <u>Утренний круг на темы:</u> -Положительное отношение между детьми, основанных на общих интересах к действиям с игрушками, предметами и взаимной симпатии. - Эмоциональную отзывчивость, любовь к родителям, близким людям. | <u>Утренний круг на темы:</u> -Доброжелательное отношение к взрослым и детям, проявлять интерес к действиям и поступкам людей, желание помочь, порадовать окружающих. Воспитывать культуру общения со взрослыми и сверстниками, желание выполнять общепринятые правила: здороваться, прощаться, благодарить за услугу и т.д.). - Отрицательное отношение к жадности, грубости. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Культура поведения и общения детей, привычку следовать общепринятым правилам и нормам поведения. - Доброжелательное отношение к людям, уважение к старшим, дружеские взаимоотношения со сверстниками, заботливое отношение к малышам. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Гуманистическая направленность поведения: социальные чувства, эмоциональная отзывчивость, доброжелательность . - привычки культурного поведения и общения с людьми, основы этикета, правила поведения в | Воспитатели |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|--|----------------------------------|--|---|---|
| | одобряемое взрослым поведение. | | | | общественных местах, соблюдение моральных и этических норм. - Социальная активность, желание на правах старших участвовать в жизни детского сада: заботиться о малышах, участвовать в оформлении детского сада к праздникам и пр. - Что такое толерантность по отношению к людям разных национальностей. | |
| Познавательное | Игры - экспериментирование с песком | | | | 8 сентября: Международный день распространения грамотности Беседа на тему «Что такое грамотность» Чтение стихотворения «Как хорошо уметь читать» | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Физическое и оздоровительное | | | | Массовый забег «Беби-кросс» Спортивное ориентирование | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты | |
| Трудовое | Навыки самообслуживания | Беседа на тему «Порядок в шкафу». | Беседа «Мои обязанности в семье» | Игра-соревнование «Самый лучший дежурный недели» | ст. воспитатель, | |

| | | | | | | |
|---------------------|--|--|--|--|---------------------------------------|------------------------------|
| | | Дидактическая игра «Путешествие в страну чистоты» | | | | воспитатели, специалисты ДОУ |
| Эстетическое | | | | Беседа на тему «Королевство вежливых слов» | Беседа на тему «Этикет и его история» | |

ОКТАБРЬ

| Направление деятельности | Название мероприятия | | | | | Ответственные |
|-----------------------------|--|---|---|--|--|---|
| | Ранний возраст | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст | Подготовительный к школе возраст | |
| Патриотическое | Изготовление книжек (альбомов) моя семья | | | Маршрут выходного дня «Памятники животным» | «Прогулки по Санкт-Петербургу»: «В уборе золотом» (Летний сад осенью) | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Духовно-нравственное | Разучивание потешек и коротких четверостиший | | | | 1 октября «Международный день пожилых людей» Тематические беседы «Забота о пожилых людях» | |
| Социальное | | | | 4 октября День защиты животных Акция «Миска добра» | | |
| | | <u>Утренний круг на темы:</u> - Доброжелательные взаимоотношения детей, развивать эмоциональную отзывчивость, привлекать к конкретным действиям помощи, заботы, участия (пожалеть, помочь, ласково обратиться). - Самостоятельность, уверенность, ориентацию на одобряемое взрослым | <u>Утренний круг на темы:</u> - Положительное отношение между детьми, основанных на общих интересах к действиям с игрушками, предметами и взаимной симпатии. - Воспитание эмоциональной отзывчивости, любовь к родителям, близким | <u>Утренний круг на темы:</u> - Доброжелательное отношение к взрослым и детям, проявлять интерес к действиям и поступкам людей, желание помочь, порадовать окружающих. - Воспитание культуры общения со взрослыми и сверстниками, желание выполнять общепринятые правила: здороваться, | 5 октября – День учителя Беседа с детьми «Кто такой учитель» <u>Утренний круг на темы:</u> - Поведение и общение детей, привычка следовать общепринятым правилам и нормам поведения. - Воспитание доброжелательного отношения к людям, | Воспитатели |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|--|-------------------------------------|--|--|--|------------------------------------|
| | | поведение. | людям. - Вызывать эмоциональный отклик на дела и добрые поступки людей. | прощаться, благодарить за услугу и т.д.). - Отрицательное отношение к жадности, грубости. | уважение к старшим, дружеские взаимоотношения со сверстниками, заботливое отношения к малышам. | |
| Познавательное | Выставка поделок из природного материала «Осенний калейдоскоп» (поделки, выполненные в нетрадиционной технике, с использованием природного материала) | | | | | воспитатели, специалисты ДОУ |
| Физическое и оздоровительное | Потешки «умывалочки» | «Ярмарка осени» спортивный досуг | | «Правила движения знают все без исключения» спортивное мероприятие по ПДП | Спортивное ориентирование Игра по станциям «В поисках пиратских сокровищ» | Воспитатели, специалисты ДОУ |
| Трудовое | Игровые ситуации «Оденем куклу на прогулку» | Трудовые поручения в уголке природы | Беседа о чистоте Трудовое поручение «Наведем порядок в группе». | Дежурство в уголке природы | | воспитатели, специалисты ДОУ |
| Эстетическое | Наблюдения в природе за изменением в природе «Осенняя листва» | | | Тематическая выставка «Осень в картинах художников» | | |

НОЯБРЬ

| Направление деятельности | Название мероприятия | | | | | Ответственные |
|--------------------------|----------------------|-----------------|---------------------------|---|----------------------------------|--|
| | Группы | | | | | |
| | Ранний возраст | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст | Подготовительный к школе возраст | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Патриотическое | Чтение стихов о маме | | Разучивание стихов о маме | 4 ноября День народного единства Виртуальные экскурсии по России, презентации «Народы России», «Традиции народов России» | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| | | | | 30 ноября День | | |

| | | | | | | |
|-----------------------------|----------------------------------|---|--|--|---|--------------------------|
| | | | | | Государственного герба Российской Федерации Презентация «Герб Российской Федерации» | |
| Духовно-нравственное | Игровая ситуация «Умей делиться» | Хороводные игры на сплочение коллектива | | Беседы на тему «Что такое дружба» Чтение художественных произведений и стихов на тему Дружбы | | |
| Социальное | Видеоролик ко ДНЮ МАТЕРИ | | | | | |
| | | <u>Утренний круг на темы:</u> - Доброжелательное взаимоотношение детей, развивать эмоциональную отзывчивость, привлекать к конкретным действиям помощи, заботы, участия (пожалеть, помочь, ласково обратиться). - Воспитание самостоятельности, уверенности, ориентации на одобряемое взрослым поведение. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Положительное отношение между детьми, основанного на общих интересах к действиям с игрушками, предметами и взаимной симпатии. - Воспитание эмоциональной отзывчивости, любви к родителям, близким людям. - Бережное отношение к предметам и игрушкам, как результатам труда взрослых. | <u>Утренний круг на темы:</u> -Доброжелательное отношение к взрослым и детям, проявлять интерес к действиям и поступкам людей, желание помочь, порадовать окружающих. -Воспитывать культуру общения со взрослыми и сверстниками, желание выполнять общепринятые правила: здороваться, прощаться, благодарить за услугу и т.д.). - Воспитывать отрицательное отношение к жадности, грубости. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Культура поведения и общения детей, привычка следовать общепринятым правилам и нормам поведения. - Воспитание доброжелательного отношения к людям, уважение к старшим, дружеские взаимоотношения со сверстниками, заботливое отношения к малышам. | воспитатели |
| Познавательное | Аппликация «Покорми птичек» | | «Синичкин день»-акция помощи птицам | | | воспитатели, специалисты |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|--|--|--|--|--|---|
| | | | | | | ДОУ |
| Физическое и оздоровительное | Игровая ситуация «Помоем ручки» | знакомство с алгоритмом умывания | «Осенний листопад»- спортивное мероприятие | «Дорожная азбука» спортивное мероприятие | «Мама, папа я «Мама, папа я» «Крошки ГТОшки на пути к первому золотому знаку» | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты |
| Трудовое | Книжный уголок (обогащение) | Изготовление книг любимых сказок | | | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Эстетическое | Пополнение книжного уголка иллюстрациями к сказкам | Иллюстрации художников к сказкам(рассматривание) | | | | |

ДЕКАБРЬ

| Направление деятельности | Название мероприятия Группы | | | | | Ответственные |
|------------------------------|--------------------------------------|-----------------|-----------------|--|--|---|
| | Ранний возраст | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст | Подготовительный к школе возраст | |
| Патриотическое | «Моя семья»- рассматривание альбомов | | | | 3 декабря Международный день инвалидов Беседа с детьми на тему «Люди с ограниченными возможностями – чем помочь?» | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Духовно- нравственное | | | | 9 декабря День Героев Отечества Беседы «Что такое героический поступок» | 9 декабря День Героев Отечества Беседы «Какие бываю герои» Мини-музей «Родина моя» (фото, открытки, неофициальные и официальные символы. | |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|---|---|---|---|--|---|
| | | | | | Магнитики) | |
| Социальное | | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание доброжелательного взаимоотношения детей, развивать эмоциональную отзывчивость, привлекать к конкретным действиям помощи, заботы, участия (пожалеть, помочь, ласково обратиться). - Воспитание самостоятельности, уверенности, ориентации на одобряемое взрослым поведение. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание положительного отношения между детьми, основанных на общих интересах к действиям с игрушками, предметами и взаимной симпатии. - Воспитание эмоциональной отзывчивости, любви к родителям, близким людям. - Вызывать эмоциональный отклик на дела и добрые поступки людей. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание доброжелательного отношения к взрослым и детям, проявлять интерес к действиям и поступкам людей, желание помочь, порадовать окружающих. - Воспитание культуры общения со взрослыми и сверстниками, желания выполнять общепринятые правила: здороваться, прощаться, благодарить за услугу и т.д.). - Воспитание отрицательного отношения к жадности, грубости. | 5 декабря День волонтера в России <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание культуры поведения и общения детей, привычку следовать общепринятым правилам и нормам поведения. - Воспитание доброжелательного отношения к людям, уважения к старшим, дружеские взаимоотношения со сверстниками, заботливое отношение к малышам. | Воспитатели |
| Познавательное | Игры со снегом | Наблюдения за природными изменениями в природе | Игра «Куда делся снег» | Игры и эксперименты со снегом | | воспитатели, специалисты ДОУ |
| Физическое и оздоровительное | Игровая ситуация «Оденем куклу на прогулку» | Фея чистоты | День зубной феи | Фотоальбом «Я и зимние забавы» | «Мама, папа я» спортивные соревнования | |
| Трудовое | Событийный дизайн (изготовление гирлянд, снежинок, игрушек для украшения детского сада) | | | | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Эстетическое | 8 декабря Международный день художника | | | | | |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | Рассматривание зимних пейзажей русских художников Выставка детских рисунков «Зимушка – зима» | |
|--|--|---|--|

ЯНВАРЬ

| Направление деятельности | Название мероприятия Группы | | | | | Ответственные |
|--------------------------|-----------------------------------|--|---|--|---|---|
| | Ранний возраст | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст | Подготовительный к школе возраст | |
| Патриотическое | | | | Колядки | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| | | | | День снятия блокады тематическое мероприятие «900 Дней Мужества» | | |
| Духовно-нравственное | Игровая ситуация «Кукла заболела» | | | | | |
| Социальное | | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание доброжелательных взаимоотношений детей, развивать эмоциональную отзывчивость, привлекать к конкретным действиям помощи, заботы, участия (пожалеть, помочь, ласково обратиться). - Воспитание самостоятельности, уверенности, ориентации на одобряемое взрослым поведение. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание положительного отношения между детьми, основанных на общих интересах к действиям с игрушками, предметами и взаимной симпатии. - Воспитание эмоциональной отзывчивости, любви к родителям, близким людям. - Вызывать эмоциональный отклик на дела и добрые поступки людей. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание доброжелательного отношения к взрослым и детям, проявление интереса к действиям и поступкам людей, желание помочь, порадовать окружающих. - Воспитание культуры общения со взрослыми и сверстниками, желание выполнять общепринятые правила: здороваться, прощаться, благодарить за услугу и т.д.). | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание культуры поведения и общения детей, привычки следовать общепринятым правилам и нормам поведения. - Воспитание доброжелательного отношения к людям, уважения к старшим, дружеского взаимоотношения со сверстниками, заботливое отношения к малышам. | Воспитатели |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|--|------------------------------------|--|---|--|---|
| | | | | - Воспитание отрицательного отношения к жадности, грубости. | | |
| Познавательное | Чтение книжек-малышек | | Беседа «Подарки Деда Мороза». Разучивание заклички «Мороз, Мороз, не морозь мой нос». Знакомство с предметами обихода – деревянными ложками. Загадывание загадок о зиме. | Беседа о рождественских праздниках, святочных гадания. Пение песенок. Знакомство с русскими головными уборами, особенностями их изготовления и применения | воспитатели, специалисты ДОУ | |
| Физическое и оздоровительное | Игровая ситуация «Покорми куклу» | Ситуативная беседа «Высуши одежду» | | Дидактическая игра «Витаминная корзина» | «Лыжня России» всероссийская массовая лыжная гонка «Зимние забавы» | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты |
| Трудовое | | Акция «Книжка заболела» | | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ | |
| Эстетическое | Прослушивание и разучивание песен о зиме | | | Рисование «Роспись кокошника» | | |

ФЕВРАЛЬ

| Направление деятельности | Название мероприятия Группы | | | | | Ответственные |
|--------------------------|--|----------------------------------|-----------------|-----------------|--|---|
| | Ранний возраст | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст | Подготовительный к школе возраст | |
| Патриотическое | Изготовление альбома «Мой папа самый лучший» | Разучивание стихотворений о папе | | | 2.02 День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (Беседа с показом презентации) | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| | | | | | 21.02 День родного языка Поэтическая гостиная | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|--|--|--|
| | | | | <u>«Русские поэты»</u> | | |
| | Развлечение для детей «Широкая масленица» | | | | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Духовно- нравственное Социальное | | Стенгазета «Папа может» | | Рассказ о обрядах, нарядах и проведение масленицы. | | |
| | | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание доброжелательного взаимоотношения детей, развивать эмоциональную отзывчивость, привлекать к конкретным действиям помощи, заботы, участия (пожалеть, помочь, ласково обратиться). - Воспитание самостоятельности, уверенности, ориентации на одобряемое взрослым поведение. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание положительного отношения между детьми, основанных на общих интересах к действиям с игрушками, предметами и взаимной симпатии. - Воспитание эмоциональной отзывчивости, любви к родителям, близким людям. - Вызывать эмоциональный отклик на дела и добрые поступки людей. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание доброжелательного отношения к взрослым и детям, проявлять интерес к действиям и поступкам людей, желание помочь, порадовать окружающих. - Воспитание культуры общения со взрослыми и сверстниками, желание выполнять общепринятые правила: здороваться, прощаться, благодарить за услугу и т.д.). | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание культуры поведения и общения детей, привычки следовать общепринятым правилам и нормам поведения. - Воспитание доброжелательного отношения к людям, уважения к старшим, дружеские взаимоотношения со сверстниками, заботливое отношения к малышам. | Воспитатели |
| Познавательное | Игры со снегом в помещении | Игры и эксперименты в уголке природы | | 08.02 День Российской науки (проведение игры-экспериментирования «Мы юные учёные» 23.02. День защитника отчества Беседа о русских богатырях. | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты |
| Физическое и оздоровительное | Хождение по массажным дорожкам | Обучение самомассажу | | Спортивный досуг «Наши папы просто класс» | «Мы-моряки» спортивный досуг «Русские богатыри»- | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты |

| | | | | | |
|---------------------|---|-------------------------------------|--|--|---|
| | | | | спортивный праздник Конкурс спортивного танца | |
| Трудовое | Игровая ситуация «Стирка одежды куклам» | Трудовое поручение «Чистые дорожки» | | Изготовление поздравительной открытки для пап | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Эстетическое | Изготовление творческих работ с применением нетрадиционных техник «Снег, снежок белая метелица» | | | | |

МАРТ

| Направление деятельности | Название мероприятия | | | | | Ответственные |
|-----------------------------|--------------------------------|--|---|---|---|---|
| | Группы | | | | | |
| | Ранний возраст | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст | Подготовительный к школе возраст | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Патриотическое | Чтение стихов о маме и бабушке | | Выставка семейных рисунков «Улица, на которой я живу» | | Рисунки «Город в котором я живу» | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты |
| Духовно-нравственное | Праздник посвященный 8 Марта | | | | | |
| Социальное | | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание доброжелательных взаимоотношений детей, развитие эмоциональной отзывчивости, привлечение к конкретным действиям помощи, заботы, участия (пожалеть, помочь, ласково обратиться). - Воспитание самостоятельности, уверенности, ориентации на одобряемое взрослым поведение. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание положительного отношения между детьми, основанных на общих интересах к действиям с игрушками, предметами и взаимной симпатии. - Воспитание эмоциональной отзывчивости, любви к родителям, близким людям. - Вызывать эмоциональный отклик на дела и добрые поступки людей. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание доброжелательного отношения к взрослым и детям, проявлять интерес к действиям и поступкам людей, желание помочь, порадовать окружающих. - Воспитание культуры общения со взрослыми и сверстниками, желание выполнять общепринятые правила: | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание культуры поведения и общения детей, привычки следовать общепринятым правилам и нормам поведения. - Воспитание доброжелательного отношения к людям, уважения к старшим, дружеские взаимоотношения со сверстниками, заботливое отношения к малышам. - Воспитание отрицательного отношения к жадности, грубости. | Воспитатели |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|---------------------------------|--|--|---|-------------------|---|
| | | | | здороваться, прощаться, благодарить за услугу и т.д.). | | |
| Познавательное | Знакомство с народной игрушкой | Познавательные проекты «Народные промыслы России» | | | | воспитатели, специалисты ДОУ |
| Физическое и оздоровительное | Подвижные игры | Народные подвижные игры | | | «Весенние старты» | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Трудовое | Изготовление подарков для мамы | | | | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Эстетическое | Просмотр театральной постановки | <u>27.03. Всемирный День театра</u> (Театральная гостиная «Лучшие постановки») | | | | |

АПРЕЛЬ

| Направление деятельности | Название мероприятия Группы | | | | | Ответственные |
|-----------------------------|-----------------------------|---|--|---|--|---|
| | Ранний возраст | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст | Подготовительный к школе возраст | |
| Патриотическое | | | | <u>12.04 День Космонавтики (Тематические беседы Первый русский Космонавт)</u> | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты |
| Духовно-нравственное | | Акция «Домик для птиц» | | | | |
| Социальное | | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание доброжелательных взаимоотношений детей, развивать эмоциональную отзывчивость, привлекать к конкретным действиям помощи, заботы, участия (пожалеть, помочь, ласково обратиться). | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание положительных отношений между детьми, основанных на общих интересах к действиям с игрушками, предметами и взаимной симпатии. - Воспитание эмоциональной | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание доброжелательного отношения к взрослым и детям, проявлять интерес к действиям и поступкам людей, желание помочь, порадовать окружающих. - Воспитание культуры общения со взрослыми и | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание культуры поведения и общения детей, привычки следовать общепринятым правилам и нормам поведения. - Воспитание доброжелательного | Воспитатели |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|--|---|---|--|---|---|
| | | - Воспитание самостоятельности, уверенности, ориентации на одобряемое взрослым поведение. | отзывчивости, любви к родителям, близким людям. - Вызывать эмоциональный отклик на дела и добрые поступки людей. | сверстниками, желания выполнять общепринятые правила: здороваться, прощаться, благодарить за услугу и т.д). Воспитывать отрицательное отношение к жадности, грубости. | отношения к людям, уважения к старшим, дружеские взаимоотношения со сверстниками, заботливое отношения к малышам. | |
| Познавательное | Тематический досуг «Весна» | | Аппликация «Ракета» | Конструирование «Космический аппарат» | Изготовление инсталляций из конструктора «Космодром» | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Проект «Экологический патруль» | | | | | | |
| Физическое и оздоровительное | | Беседа «Быть здоровым -хорошо» | | Спортивный досуг «Космическое путешествие» | «Мы-космонавты» спортивный досуг | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты |
| Трудовое | Трудовое поручение «Покорми птичек» Труд в уголке природы «Огород на окне» | | | | | воспитатели, специалисты ДОУ |
| Эстетическое | Рассматривание весенних пейзажей | | Тематическая выставка «Весна в картинах художников» | | | |

МАЙ

| Направление деятельности | Название мероприятия | | | | | Ответственные |
|------------------------------|--|--|---|---|----------------------------------|---|
| | Группы | | | | | |
| | Ранний возраст | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст | Подготовительный к школе возраст | |
| Патриотическое | Выпускной праздник «Я будущий дошкольник» | Тематическая беседа «Воспитатели и я- очень дружная семья» | Познавательный проект «Мой детский сад» | 9 мая День Победы Тематическое мероприятие «День Победы» | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты |
| Духовно- нравственное | Ситуативная беседа «Умей делиться игрушками» | | Беседа, чтение стихов о дружбе | 1 мая – Праздник весны и труда (тематические беседы на тему «Зачем трудится человеку» | | |
| Социальное | | <u>Утренний круг на темы:</u> | <u>Утренний круг на темы:</u> | <u>Утренний круг на</u> | <u>19 мая – День детских</u> | Воспитатели |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| | | - Воспитание доброжелательных взаимоотношений детей, развивать эмоциональную отзывчивость, привлекать к конкретным действиям помощи, заботы, участия (пожалеть, помочь, ласково обратиться). - Воспитание самостоятельности, уверенности, ориентации на одобряемое взрослым поведение. | - Воспитание положительных отношений между детьми, основанных на общих интересах к действиям с игрушками, предметами и взаимной симпатии. - Воспитание эмоциональной отзывчивости, любви к родителям, близким людям. - Вызывать эмоциональный отклик на дела и добрые поступки людей. | <u>темы:</u> -Воспитание доброжелательного отношения к взрослым и детям, проявлять интерес к действиям и поступкам людей, желание помочь, порадовать окружающих. -Воспитание культуры общения со взрослыми и сверстниками, желания выполнять общепринятые правила: здороваться, прощаться, благодарить за услугу и т.д.). -Воспитание отрицательного отношения к жадности, грубости. | <u>общественных организаций России</u> (Беседа на тему «Детские организации») <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание культуры поведения и общения детей, привычки следовать общепринятым правилам и нормам поведения. - Воспитание доброжелательного отношения к людям, уважения к старшим, дружеские взаимоотношения со сверстниками, заботливое отношения к малышам. | |
| Познавательное | Наблюдение в природе «Одуванчик-белый сарафанчик» | | Рисунки «Салют Победы» | Проект «Мой город» | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты |
| Физическое и оздоровительное | Подвижные игры на свежем воздухе | Спортивные игры на свежем воздухе | | | «День спорта»- эстафеты, гонка ГТО | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты |
| Трудовое | Наблюдение за трудом воспитателя «Почини игрушку» | Тематическая беседа «Мы мамыны помощники» | «Я делаю сам» неделя самообслуживания | Изготовление украшений для акции «Окна Победы» | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Эстетическое | Разучивание танцев о дружбе | | Слушание песен о дружбе | Слушание песен о любимом городе | | |

ИЮНЬ-АВГУСТ

| Направление деятельности | Название мероприятия Группы | | | | | Ответственные |
|--------------------------|---|---|--|--|---|---|
| | Ранний возраст | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст | Подготовительный к школе возраст | |
| Патриотическое | 1 июня День защиты детей Музыкальный праздник «Страна детства» | | | | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| | | | | 12 июня России «Вперед-Россия» флеш-моб | | |
| | | | | 22 июня День памяти и скорби Беседа с детьми | | |
| | | | | 22 августа День Государственного флага Российской Федерации Беседа с детьми «История Российского флага» | | |
| Духовно-нравственное | Чтение русских народных сказок с последующей беседой «Добро-зло» | | Ситуативные беседы о дружбе «Умей делиться», «Помоги младшему» | | 8 июля День семьи, любви и верности Тематические беседы с детьми «Что такое семья?» | |
| Социальное | | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание доброжелательных взаимоотношения детей, развитие эмоциональной отзывчивости, привлекать к конкретным действиям помощи, заботы, участия (пожалеть, помочь, ласково обратиться). - Воспитание самостоятельности, уверенности, ориентации на одобряемое взрослым поведение. | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание положительных отношений между детьми, основанных на общих интересах к действиям с игрушками, предметами и взаимной симпатии. - Воспитание эмоциональной отзывчивости, любви к родителям, близким людям. - Вызывать эмоциональный отклик на дела и добрые поступки людей. | <u>Утренний круг на темы:</u> Воспитание доброжелательного отношения к взрослым и детям, проявлять интерес к действиям и поступкам людей, желание помочь, порадовать окружающих. - Воспитание культуры общения со взрослыми и сверстниками, желания выполнять общепринятые | <u>Утренний круг на темы:</u> - Воспитание культуры поведения и общения детей, привычку следовать общепринятым правилам и нормам поведения. - Воспитание доброжелательного отношения к людям, уважения к старшим, дружеские взаимоотношения со сверстниками, заботливое отношения к малышам. современному человеку для жизни. | Воспитатели |

| | | | | | |
|-------------------------------------|--|--|---|---|--|
| | | | | правила: здороваться, прощаться, благодарить за услугу и т.д.). -Воспитание отрицательное отношение к жадности, грубости. | |
| Познавательное | Потешки. Чтение книжек малышек. Разучивание коротких стихов, закличек про лето | Наблюдения за погодой “Домашняя метеостанция” Исследовательский проект «Насекомые» Выставки детских работ «Лето-красное» | | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты |
| | | | | 8 июля День семьи, любви и верности Выставка детских рисунков «Моя семья» | |
| Физическое и оздоровительное | Закаливание «Игры с водой» | 12 июня День России Спортивно-музыкальное тематическое мероприятие Спортивные развлечения «В мире сказок» «Пиратские сокровища» спортивное мероприятие «Мой веселый звонкий мяч» Путешествие в страну разноцветных шаров Воздушные змеи | | | ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| | Утренняя гимнастики на свежем воздухе | | | | |
| | | | 12 августа «День физкультурника» Спортивное мероприятие «Весёлые старты» | | |
| Трудовое | | Событийный дизайн «Летние украшения» Бумажные вертушки | | | Заведующий, ст. воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ |
| Эстетическое | Рассматривание рисунков старших детей | 1 июня День защиты детей Выставка рисунков на асфальте «Страна детства» Скульптуры из песка | | | |