



Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 62»
(МАДОУ «Детский сад № 62»)**

ул. Мончегорская, 19-А, город Нижний Новгород, 603142 тел.(факс) (831)293-70-11,
e-mail: mdou62@bk.ru, http/mdou62nn.ru/
ОГРН 1035204894119, ОКПО 55854723, ИНН 5256047705, КПП525601001

ПРИНЯТА

на Педагогическом совете
«29 » 08 » 2017 г.
протокол № 7

УТВЕРЖДЕНА

приказом № 172-о.д. от «29» 08 2017 г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
Муниципального автономного дошкольного образовательного
учреждения
«Детский сад № 62»**

Автор:
инструктор по физической культуре
высшей квалификационной категории
– Куликова Г.Н.

город Нижний Новгород
2017 г.

Оглавление

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.1.1. Цель и задачи программы:	4
1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей образовательной Программы	5
1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей.....	5
1.2. Планируемые результаты освоения Программы	9
1.3. Система оценки результатов освоения программы.....	11
2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	11
2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с образовательной областью «Физическое развитие».....	11
2.1.1. Содержание работы по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни и физической культуре в средней группе (от 4 до 5 лет).....	11
2.1.2. Содержание работы по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни и физической культуре в старшей группе (от 5 до 6 лет)	13
2.1.3. Содержание работы по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни и физической культуре в подготовительной к школе группе (от 6 до 7 лет).....	14
2.2. Формы, способы, методы и средства реализации программы	16
2.3. Комплексно-тематическое планирование.	18
2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.....	66
2. 5. Способы и направления поддержки детской инициативы	69
2. 6. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	69
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ:	71
3.1. Описание оборудования в физкультурном зале. Перечень средств обучения в физкультурном зале.	71
3.2. Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ	71
3. 3. Учебный план.	72
3.4. Особенности организации физкультурных праздников и досугов.....	73
3.5. Методическое обеспечение.	73

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ.

1.1 Пояснительная записка

Полноценное физическое развитие дошкольника – это прежде всего своевременное формирование двигательных навыков и умений; развитие интереса к различным, доступным ребенку видам движений; воспитание положительных нравственно-волевых черт характера личности; содействие в стимулировании деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, в формировании опорно-двигательного аппарата, как основу правильной осанки. Большое значение для развития дошкольника приобретают занятия физической культуры не только в зале, но и на улице, они являются одним из средств закаливания и профилактики заболеваний.

Настоящая рабочая программа разработана на основе примерной программы дошкольного образования «Детство» Т.И.Бабаевой, А.Гогоберидзе, О.В.Солнцевой и др.

Новизна данной рабочей программы состоит в следующем: использование разных видов занятий, направленных на развитие физических качеств и способностей дошкольников 4-7 лет.

Концепция программы:

- систематичность, доступность, последовательность (от простого к сложному);
- учет психофизиологических и возрастных особенностей;
- индивидуализация;
- наглядность;
- активность;
- результативность.

Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность инструктора по физической культуре.

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Конституция Российской Федерации;
- Письмо Минобразования от 02.06.1998г № 89/34-16 «О реализации права ДООУ на выбор программ и педагогических технологий»;
- СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- ФГОС ДО, утверждённый приказом от 17.10.2013г. N 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации;

- Примерная основная общеобразовательная программа развития и воспитания детей "Детство" под редакцией Т.И.Бабаевой, А.Гогоберидзе, О.В.Солнцевой и др .
- Основная образовательная программа МБДОУ.

1.1.1. Цель и задачи программы:

Ведущие цели Программы:

- ✓ создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства,
- ✓ формирование основ базовой культуры личности,
- ✓ всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями,
- ✓ подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Задачи рабочей программы:

- ✓ забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- ✓ создание атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;
- ✓ максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
- ✓ творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса;
- ✓ вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;
- ✓ уважительное отношение к результатам детского творчества;
- ✓ единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи;
- ✓ развитие физических качеств.

Успешное решение поставленных программных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание (в повседневной жизни; специальные меры закаливания) и движение (различные виды гимнастик, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурный ООД). Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду созданы опреде-

ленные условия. В группах созданы уголки физической культуры, где располагаются различные пособия, в том числе и для профилактики плоскостопия. Решение обозначенных в Программе целей и задач физического воспитания возможно только при систематической и целенаправленной поддержке педагогом различных форм детской активности и инициативы, начиная с первых дней пребывания ребенка в дошкольном образовательном учреждении. Данная Программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребенку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и интегративных качеств.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей образовательной Программы.

Рабочая программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определенными Федеральным государственным образовательным стандартом:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства, обогащения детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- индивидуализацию дошкольного образования (в том числе и одаренных детей и детей с ограниченными возможностями здоровья);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержку инициативы детей в различных видах деятельности; партнерство с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастную адекватность (соответствия условий, требований, методов возраста и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей;
- обеспечение преемственности дошкольного общего и начального общего образования.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей.

Возрастные особенности детей 4-5 лет.

В игровой деятельности детей 4-5 лет появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой ро-

ли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей. Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Совершенствуется ориентация в пространстве. Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание. Начинает развиваться образное мышление. Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие. В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы. Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении с взрослым становится внеситуативной.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эксцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации; совершенствованием восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого; появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками. Занятия являются основной формой обучения. Задания, которые дают детям, более сложные. Они требуют сосредоточенности и осознанности действий, хотя до какой-то степени сохраняется игровой и развлекательный характер обучения. В этом возрасте у ребенка возникают первые эстетические чувства.

Возрастные особенности детей 5 -6 лет

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли доначала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать

конфликты, связанные субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» - зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства. Действия детей в играх становятся разнообразными. В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразование объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие, и т.д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов результате различных воздействий, представления о развитии и т.д. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т.д. Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта. Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации. Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от произвольного к произвольному вниманию. Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием. Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схемати-

зированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение приобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ «Я».

Возрастные особенности детей 6-7 лет

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т.д. Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом, дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Так, ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупатель-шофер и т. п. Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Например, исполняя роль водителя автобуса, ребенок командует пассажирами и подчиняется инспектору ГИБДД. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации. Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов. Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут. У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер общений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д. В результате правильно организованной образовательной работы дошкольников развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи. В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст.

Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника. К концу до-

школьного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

Образовательная область	Достижения детей
4-5 лет	
<p>«Физическое развитие»</p>	<p>Ходит и бегаёт с согласованными движениями рук и ног. Качественно выполняет физические упражнения. Бегаёт на скорость, к концу года 20 м за 6-5,5 сек. Подлезает под веревку, дугу (высота 50 см.) различными способами. Перелазит с одного пролета лестницы на другой. Прыгает в длину с места: девочки - не менее 51,1 см. в начале года, 73,9 см. в конце года, мальчики - не менее 53,5 см. в начале года, 76,6 см. в конце года. Отбивает мяч о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Бросает мяч вверх, о землю и умеет ловить его двумя руками 3-4 раза подряд. Метает предметы правой и левой рукой на дальность на расстоянии не менее 3,5-6,5 м. Метает предметы в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель с расстояния 1,5-2 м. Сохраняет равновесие при ходьбе по ребристой доске, наклонной доске, по гимнастической скамейке, выполняя различные задания. Выполняет строевые упражнения по команде. Пользуется ложкой, вилкой, ножом. Полностью самостоятельно готовится к еде и после неё выполняет все требуемые процедуры. Применяет гигиенические принадлежности по назначению. Правильно и полностью самостоятельно моет руки. Умеет хорошо полоскать полость рта. Одевается (снимает, складывает одежду, расстегивает и застегивает пуговицы, расшнуровывает и зашнуровывает обувь). Умеет одеваться и раздеваться в определённой последовательности. Самостоятельно умывается, моет руки с мылом по мере загрязнения, после пользования туалетом. Аккуратно ест, берёт пищу понемногу, пережевывает, ест бесшумно, правильно пользуется столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом), салфетками, полощет рот после приёма пищи. Пользуется расческой, носовым платком, при кашле, чихании отворачивается, прикрывает рот носовым платком или ладошкой. Следит за своим внешним видом, устраняет неполадки самостоятельно.</p>
5-6 лет	
<p>«Физическое развитие»</p>	<p>Ходит легко, ритмично, сохраняя правильную осанку. Пробегает 20 метров за 5.5 - 5 секунд. Непрерывно бегаёт в течение 1,5-2 минут. Прыгает в длину с места на расстояние 80 - 100 см.</p>

	<p>Прыгает в длину с разбега - около 100 см. Прыгает с высоты 30 см. Прыгает через скакалку. Метает мешочек на дальность 5-9 метров. Отбивает мяч на месте 10 раз. Лазает по гимнастической стенке на высоту 2,5 метра. Умеет строиться в колонну, шеренгу, круг, перестраиваться в колонну по 2, по 3, делать повороты направо, налево, кругом. Знать строение своего тела. Соблюдает культурно-гигиенические нормы и правила. Сформированы навыки культурного поведения.</p>
6-8 лет	
<p>«Физическое развитие»</p>	<p>Сформированы двигательные качества: ловкость, быстрота, сила, выносливость, гибкость. Ходит в заданном темпе, сохраняя правильную осанку. Бегаёт непрерывно в течение 2-3 минут, 30 метров за 6,5 - 7,5 сек. Прыгает в длину с места на расстояние больше 100 мс, в длину с разбега - 180 - 190 см. Прыгает с высоты 40 см, в высоту с разбега 50 см. Прыгает через скакалку. Метаёт мешочек на расстояние 9-12 метров. Отбивает мяч в движении. Лазает по гимнастической стенке, используя перекрестное и одноименное движение рук и ног, перелезает с пролёта на пролёт. Перестраивается в 3-4 колонны по ходу, в две шеренги после расчёта на первый-второй. Проявляет интерес к событиям спортивной и физкультурной жизни страны, области, учреждения. Принимает участие в массовых физкультурных праздниках и развлечениях. Сформированы предпосылки здорового образа жизни. Осуществляет самоконтроль при выполнении правил и норм личной гигиены. Сформирована привычка быстро и правильно умываться, пользоваться только индивидуальными предметами гигиены. Правильно пользуется вилкой, ножом, салфеткой. Тщательно пережёвывает пищу, пьёт бесшумно. Сохраняет правильную осанку за столом (сидит прямо, не кладёт локти на стол) и в разных видах деятельности. Выходя из-за стола, тихо задвигает стул, благодарит взрослых. Быстро одевается и раздевается, вешает одежду в определённом порядке и месте. Следит за чистотой одежды и обуви. Сформирована потребность следить за своим внешним видом. Сформированы представления о действиях, направленных на сохранение здоровья окружающих (отворачивается при кашле, закрывается платком при чихании).</p>

1.3. Система оценки результатов освоения программы

Для решения образовательных задач Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, которая регламентируется Положением о порядке осуществления индивидуального учета результата освоения обучающимся Основной образовательной программы.

Оценка результатов освоения образовательной программы педагогами проводится ежегодно в конце года (апрель-май)

Оценка индивидуального развития детей проводится в рамках педагогической диагностики. Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности.

Для проведения педагогической диагностики используются следующие методы:

- наблюдение;
- беседа;
- тест.

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

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

- оптимизации работы с группой детей. (См.: Модель физкультурно-оздоровительного образования старших дошкольников: планирование, занятия, ресурсное обеспечение / авт.-сост. И.И. Вепрева, Г.М. Татарникова.- Волгоград: Учитель, 2016. – 128с. – с. 48-55)

2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ:

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с образовательной областью «Физическое развитие»

2.1.1. Содержание работы по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни и физической культуре в средней группе (от 4 до 5 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

- Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.
- Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

- Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.
- Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.
- Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».
- Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).
- Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.
- Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Физическая культура

- Формировать правильную осанку.
- Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
- Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
- Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
- Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.
- Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
- Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.
- Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.
- Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

- Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.
- Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
- Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность,
- умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры.

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

2.1.2. Содержание работы по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни и физической культуре в старшей группе (от 5 до 6 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

- Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).
- Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.
- Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.
- Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.
- Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения).
- Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.
- Знакомить детей с возможностями здорового человека.
- Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.
- Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

- Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Физическая культура

- Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.
- Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
- Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.
- Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.
- Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры.

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

2.1.3. Содержание работы по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни и физической культуре в подготовительной к школе группе (от 6 до 7 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

- Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

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

Физическая культура

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

Подвижные игры.

- Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизиче-

ских качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

- Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.
- Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

2.2. Формы, способы, методы и средства реализации программы

	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Формы работы	<ul style="list-style-type: none"> • НОД (сюжетно-игровое, игровое, традиционное, по интересам, с использованием тренажёров) • Физкультурные досуги • Праздники 	<ul style="list-style-type: none"> • НОД (сюжетно-игровое, игровое, традиционное, по интересам, тренировочное, с использованием тренажёров) • Спортивные и физкультурные досуги • Развлечения • Праздники • Соревнования 	<ul style="list-style-type: none"> • НОД (сюжетно-игровое, игровое, традиционное, по интересам, тренировочное, с использованием тренажёров) • Спортивные и физкультурные досуги • Утренняя гимнастика • Развлечения • Праздники • Соревнования
Способы	Групповой Подгрупповой Индивидуальный <u>На занятии:</u> Фронтальный Поточный Групповой Индивидуальный	Групповой Подгрупповой Индивидуальный <u>На занятии:</u> Фронтальный Поточный Групповой Индивидуальный	Групповой Подгрупповой Индивидуальный <u>На занятии:</u> Фронтальный Поточный Групповой Индивидуальный
Методы	Наглядные: - наглядно-зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и спортивного оборудования, зрительные ориентиры); - тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь инструкторо-	Наглядные: - наглядно-зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и спортивного оборудования, зрительные ориентиры); - тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструкторо-	Наглядные: - наглядно-зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и спортивного оборудования, зрительные ориентиры); - тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструкторо-

	<p>ра);</p> <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - объяснения, пояснения, указания; - вопросы к детям и поиск ответов; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция; - слушание музыкальных произведений. - игровая беседа с элементами движений - ситуативный разговор <p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями; - выполнение упражнений в игровой форме; - самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре. - интегративная деятельность - упражнения - проблемная ситуация 	<p>ра);</p> <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям и поиск ответов; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция; - слушание музыкальных произведений. <p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями; - выполнение упражнений в игровой форме; - выполнение упражнений в соревновательной форме; - самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре. - рассматривание. - интегративная деятельность - совместная деятельность взрослого и детей тематического характера - проблемная ситуация - стретчинг - пальчиковая гимнастика - дыхательная гимнастика 	<p>ра);</p> <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям и поиск ответов; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция; - слушание музыкальных произведений. <p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями; - выполнение упражнений в игровой форме; - выполнение упражнений в соревновательной форме; - самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре. - рассматривание. - интегративная деятельность - контрольно-диагностическая деятельность - совместная деятельность взрослого и детей тематического характера - проектная деятельность - проблемная ситуация - стретчинг - пальчиковая гимнастика - дыхательная гимнастика
Средства	<p>Листочки из картона, шнур, дуги, мячи, скамейки, обручи, доски, мелкие игрушки, бабочка из бумаги на палочке, кегли, мешочки с песком, мягкие модули, лестница, гантели, кольца, гимна-</p>	<p>Мячи, скамейки, корзины, обручи, лестница, гимнастическая стенка, мягкие модули, кегли, флажки, дуги, скакалки, овощи-муляжи, шнуры, платочки, ленточки, кубики, теннисные мячики,</p>	<p>Обручи, ленты, скамейки, мячи, сетка волейбольная, корзины, платочки, мячи набивные, стойки и резинка, мягкие модули, дуги, корзины баскетбольные, шарики для тенниса, музыкаль-</p>

	стические стенки, цветы искусственные, шишки, корзины, гимнастические палки, мат, султанчики, скакалки, ленточки, музыкальный проигрыватель.	дуги, шарики для сухого бассейна (яблочки), спортивные снаряды, шарики для тенниса, сетка, мячи маленького диаметра, голограмма прыжка в длину с места, музыкальный проигрыватель, гимнастические палки, мешочки с песком, кольца, гантели, набивные мячи, ракетки бадминтонные, воланчики, стойки и резиночка, верёвочная лестница, маты.	ный проигрыватель, гимнастическая стенка, кубики, маты, биты городошные, кегли, футбольные мячи, спортивные снаряды, скакалки, моталочки, гантели, клюшки, шайбы, мячи малого диаметра, ракетки теннисные, теннисные мячи, верёвочная лестница, мишени вертикальные, бадминтонные ракетки и воланчики, лестница, мешочки с песком.
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2.3. Комплексно-тематическое планирование.

Средняя группа

Период прохождения	Неделя	Тема занятия	Задачи	Методическое обеспечение
Сентябрь	1 неделя	1. Прогулка в осенний лес	1) научить детей ходить по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы; 2) упражнять в прыжках на 2-х ногах с поворотом вокруг себя и со сменой положения ног; 3) развивать глазомер при прокатывании мяча между предметами; 4) развивать умение ориентироваться в пространстве.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 180-182
		2. Повтор	1) научить детей ходить по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы; 2) упражнять в прыжках на 2-х ногах с поворотом вокруг себя и со сменой положения ног; 3) развивать глазомер при прокатывании мяча между предметами; 4) развивать умение ориентироваться в пространстве.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 180-182
	2 неделя	3. Экскурсия в лес на поезде.	1) научить ползанию на средних и низких четвереньках по прямой; 2) упражнять в беге с изменением темпа движения; 3) закрепить навык прыжков на месте, добываясь их ритмичности;	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. –

		4) развивать равновесие в ходьбе по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы.	Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 183-184
	4. Повтор	1) научить ползанию на средних и низких четвереньках по прямой; 2) упражнять в беге с изменением темпа движения; 3) закрепить навык прыжков на месте, добиваясь их ритмичности; 4) развивать равновесие в ходьбе по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы. 1) научить ползанию на средних и низких четвереньках по прямой; 2) упражнять в беге с изменением темпа движения; 3) закрепить навык прыжков на месте, добиваясь их ритмичности; 4) развивать равновесие в ходьбе по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 183-184
3 неделя	5. На день рождения куклы Алины на поезде.	1) формировать навык бега, взявшись за одну руку (цепочкой); 2) научить детей катать обруч в парах; 3) упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая перед собой мяч; 4) развивать равновесие в ходьбе и беге по наклонной доске; 5) воспитывать интерес к двигательной деятельности.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 185-187
	6. Повтор	1) формировать навык бега, взявшись за одну руку (цепочкой); 2) научить детей катать обруч в парах; 3) упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая перед собой мяч; 4) развивать равновесие в ходьбе и беге по наклонной доске; 5) воспитывать интерес к двигательной деятельности	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 185-187
4 неделя	7. На именины к Винни Пуху	1) формировать навык ходьбы с закрытыми глазами; 2) научить детей перепрыгивать через препятствия двумя ногами;	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в

			<p>3) способствовать совершенствованию глазомера при прокатывании обруча между предметами;</p> <p>4) воспитывать внимательность при выполнении заданий.</p>	<p>детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 187-189</p>
		8. Повтор	<p>1) формировать навык ходьбы с закрытыми глазами;</p> <p>2) научить детей перепрыгивать через препятствия двумя ногами;</p> <p>3) способствовать совершенствованию глазомера при прокатывании обруча между предметами;</p> <p>4) воспитывать внимательность при выполнении заданий.</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 187-189</p>
Октябрь	1 неделя	9. Карусель	<p>1) формировать умение ходить со сменой направления по зрительному ориентиру;</p> <p>2) научить детей ходить по шнуру;</p> <p>3) упражнять в прыжках на одной ноге;</p> <p>4) развивать ловкость, точность движений;</p> <p>5) воспитывать умение совместно выполнять упражнения, прокатывая обручи между предметами.</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 189-192</p>
		10. Повтор	<p>1) формировать умение ходить со сменой направления по зрительному ориентиру;</p> <p>2) научить детей ходить по шнуру;</p> <p>3) упражнять в прыжках на одной ноге;</p> <p>4) развивать ловкость, точность движений;</p> <p>5) воспитывать умение совместно выполнять упражнения, прокатывая обручи между предметами.</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 189-192</p>
	2 неделя	11. Карусель	<p>1) формировать умение бегать с поворотом кругом, не наталкиваясь друг на друга;</p> <p>2) научить детей ползать на животе по скамейке, подтягиваясь руками;</p> <p>3) совершенствовать навык ходьбы по шнуру;</p> <p>4) закрепить умение легко и пружи-</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010.</p>

			нисто выполнять прыжки; 5) развивать ловкость, силу мышц рук, быстроту.	– 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 192-195
		12. Повтор	1) формировать умение бегать с поворотом кругом, не наталкиваясь друг на друга; 2) научить детей ползать на животе по скамейке, подтягиваясь руками; 3) совершенствовать навык ходьбы по шнуру; 4) закрепить умение легко и пружинисто выполнять прыжки; 5) развивать ловкость, силу мышц рук, быстроту.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 192-195
3 неделя	13. Цирк	1) формировать у детей умение перестраиваться в колонну по два с места; 2) научить прокатывать мяч друг другу двумя руками и одной; 3) упражнять в ползании по скамейке на животе, подтягиваясь руками; 4) развивать равновесие в ходьбе по шнуру.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 195-197	
	14. Повтор	1) формировать у детей умение перестраиваться в колонну по два с места; 2) научить прокатывать мяч друг другу двумя руками и одной; 3) упражнять в ползании по скамейке на животе, подтягиваясь руками; 4) развивать равновесие в ходьбе по шнуру.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 195-197	
4 неделя	15. Цирк	1) формировать навык бега мелким и широким шагом; 2) научить выполнять прямой галоп; 3) упражнять в прокатывании мяча из разных и.п.; 4) развивать силу мышц рук, ползая по скамейке на животе; 5) развивать глазомер, умение ориентироваться в пространстве.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 197-199	

		16. Повтор	<ul style="list-style-type: none"> 1) формировать навык бега мелким и широким шагом; 2) научить выполнять прямой галоп; 3) упражнять в прокатывании мяча из разных и.п.; 4) развивать силу мышц рук, ползая по скамейке на животе; 5) развивать глазомер, умение ориентироваться в пространстве. 	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 197-199
Ноябрь	1 неделя	17. Путешествие на волшебный остров	<ul style="list-style-type: none"> 1) формировать умение бегать в рассыпную с остановкой по сигналу 2) научить детей ходить по доске с мешочком на голове 3) упражнять в выполнении прямого галопа 4) развивать ловкость, глазомер, равновесие 5) воспитывать интерес к двигательной деятельности 	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 199-201
		18. Повтор	<ul style="list-style-type: none"> 1) формировать умение бегать в рассыпную с остановкой по сигналу 2) научить детей ходить по доске с мешочком на голове 3) упражнять в выполнении прямого галопа 4) развивать ловкость, глазомер, равновесие 5) воспитывать интерес к двигательной деятельности 	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 199-201
	2 неделя	19. Путешествие на волшебный остров	<ul style="list-style-type: none"> 1) формировать умение перестраиваться из колонны по 1 в колонну по 3 с места 2) научить детей подлезать под препятствие боком 3) упражнять в ходьбе и беге с выполнением дополнительных заданий 4) упражнять в ходьбе с мешочком на голове 5) развивать ловкость и координацию движений, умение быстро реагировать на сигнал 	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 202-205
		20. Повтор	<ul style="list-style-type: none"> 1) формировать умение перестраиваться из колонны по 1 в колонну по 3 с места 2) научить детей подлезать под пре- 	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в

		<p>пятствие боком</p> <p>3) упражнять в ходьбе и беге с выполнением дополнительных заданий</p> <p>4) упражнять в ходьбе с мешочком на голове</p> <p>5) развивать ловкость и координацию движений, умение быстро реагировать на сигнал</p>	<p>детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 202-205</p>
3 неделя	21. В гости к Айболиту на автомобиле	<p>1) формировать умение ходить и бегать со сменой ведущего</p> <p>2) продолжать знакомить детей со свойствами мяча в упражнениях с ним</p> <p>3) упражнять в подлезании под препятствие</p> <p>4) развивать равновесие в ходьбе по доске с усложнением</p> <p>5) воспитывать у детей интерес к сюжетно-ролевым играм по правилам дорожного движения</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 205-208</p>
	22. Повтор	<p>1) формировать умение ходить и бегать со сменой ведущего</p> <p>2) продолжать знакомить детей со свойствами мяча в упражнениях с ним</p> <p>3) упражнять в подлезании под препятствие</p> <p>4) развивать равновесие в ходьбе по доске с усложнением</p> <p>5) воспитывать у детей интерес к сюжетно-ролевым играм по правилам дорожного движения</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 205-208</p>
4 неделя	23. В гости у Айболита	<p>1) научить детей прыгать вверх из глубокого приседа</p> <p>2) совершенствовать умение владеть мячом</p> <p>3) закрепить навык подлезания под препятствие</p> <p>4) развивать скоростно-силовые качества, ловкость, точность движений</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 208-209</p>
	24. Повтор	<p>1) научить детей прыгать вверх из глубокого приседа</p> <p>2) совершенствовать умение владеть мячом</p> <p>3) закрепить навык подлезания под препятствие</p> <p>4) развивать скоростно-силовые качества, ловкость, точность движений</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010.</p>

				– 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 208-209
Декабрь	1 неделя	25. Мага- зин иг- рушек	1) формировать умение перестраиваться в колонну по 3 в движении 2) научить детей ходьбе по доске, сходясь вдвоём при встрече и расходясь 3) упражнять в прыжках из глубокого приседа 4) развивать ловкость 5) воспитывать стремление выполнять упражнения, используя творческое воображение	Литвинова О.М. Физ- культурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 210-212
		26. По- втор	1) формировать умение перестраиваться в колонну по 3 в движении 2) научить детей ходьбе по доске, сходясь вдвоём при встрече и расходясь 3) упражнять в прыжках из глубокого приседа 4) развивать ловкость 5) воспитывать стремление выполнять упражнения, используя творческое воображение	Литвинова О.М. Физ- культурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 210-212
	2 неделя	27. Мага- зин иг- рушек	1) формировать умение ходить в парах и быстро находить свою пару 2) научить детей пролезать между рейками лестницы поставленной на бок, на четвереньках 3) развивать скоростно-силовые качества, равновесие 4) воспитывать умение выполнять упражнения в паре	Литвинова О.М. Физ- культурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 212-215
		28. По- втор	1) формировать умение ходить в парах и быстро находить свою пару 2) научить детей пролезать между рейками лестницы поставленной на бок, на четвереньках 3) развивать скоростно-силовые качества, равновесие 4) воспитывать умение выполнять упражнения в паре	Литвинова О.М. Физ- культурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 212-215

	3 неделя	29. По- жарные на учени- ях	1) научить детей отбивать мяч об пол, стоя на месте 2) упражнять в пролезании между рейками лестницы, поставленной на бок, на низких четвереньках 3) развивать равновесие в ходьбе по доске, сходясь и расходясь при встрече 4) способствовать развитию ловкости и быстроты 5) воспитывать внимательность при выполнении двигательной деятельности	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 215-217
		30. По- втор	1) научить детей отбивать мяч об пол, стоя на месте 2) упражнять в пролезании между рейками лестницы, поставленной на бок, на низких четвереньках 3) развивать равновесие в ходьбе по доске, сходясь и расходясь при встрече 4) способствовать развитию ловкости и быстроты 5) воспитывать внимательность при выполнении двигательной деятельности	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 215-217
	4 неделя	31. По- жарные на учени- ях	1) формировать умение бегать с преодолением препятствий 2) научить детей прыжкам с продвижением вперёд через предметы 3) упражнять в отбивании мяча об пол на месте 4) развивать ловкость при пролезании под препятствием на низких четвереньках 5) способствовать развитию скоростных качеств в беге	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 217-219
		32. По- втор	1) формировать умение бегать с преодолением препятствий 2) научить детей прыжкам с продвижением вперёд через предметы 3) упражнять в отбивании мяча об пол на месте 4) развивать ловкость при пролезании под препятствием на низких четвереньках 5) способствовать развитию скоростных качеств в беге	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 217-219
Январь	1 неделя	33. Зим- ние заба-	1) формировать навык перестроения из 2-х колонн в две шеренги	Литвинова О.М. Физ-

		вы	<p>2) упражнять в беге навстречу друг другу, не наталкиваясь</p> <p>3) развивать глазомер в метании в цель</p> <p>4) способствовать развитию прыгучести и тренировке вестибулярного аппарата</p>	<p>культурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 219-222</p>
		34. Повтор	<p>1) формировать навык перестроения из 2-х колонн в две шеренги</p> <p>2) упражнять в беге навстречу друг другу, не наталкиваясь</p> <p>3) развивать глазомер в метании в цель</p> <p>4) способствовать развитию прыгучести и тренировке вестибулярного аппарата</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 219-222</p>
2 неделя	35. Зимние забавы		<p>1) формировать навык размыкания на вытянутые руки вперёд и в стороны</p> <p>2) упражнять детей в прыжках с высоты</p> <p>3) развивать ловкость в подбрасывании мяча и ловле его</p> <p>4) развивать силу мышц рук, лазая по лестнице</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 222-225</p>
	36. Повтор		<p>1) формировать навык размыкания на вытянутые руки вперёд и в стороны</p> <p>2) упражнять детей в прыжках с высоты</p> <p>3) развивать ловкость в подбрасывании мяча и ловле его</p> <p>4) развивать силу мышц рук, лазая по лестнице</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 222-225</p>
3 неделя	37. Путешествие в зоопарк		<p>1) формировать навык размыкания на вытянутые руки вперёд и в стороны</p> <p>2) упражнять детей в прыжках с высоты</p> <p>3) развивать ловкость в подбрасывании мяча и ловле его</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. –</p>

			4) развивать силу мышц рук, лазая по лестнице	Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 225-229
		38. Повтор	1) формировать навык размыкания на вытянутые руки вперёд и в стороны 2) упражнять детей в прыжках с высоты 3) развивать ловкость в подбрасывании мяча и ловле его 4) развивать силу мышц рук, лазая по лестнице	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 225-229
	4 неделя	39. Путешествие в зоопарк	1) формировать навык бега с ловлей и увёртыванием 2) упражнять детей в прыжках вверх с места с касанием предмета, подвешенного выше поднятой руки ребёнка 3) упражнять детей в метании в горизонтальную цель одной рукой 4) закрепить умение перелезть через препятствие	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 229-231
		40. Повтор	1) формировать навык бега с ловлей и увёртыванием 2) упражнять детей в прыжках вверх с места с касанием предмета, подвешенного выше поднятой руки ребёнка 3) упражнять детей в метании в горизонтальную цель одной рукой 4) закрепить умение перелезть через препятствие	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 229-231
Февраль	1 неделя	41. В гости к Красной Шапочке	1) формировать умение выполнять повороты кругом, переступая на месте 2) упражнять детей в ходьбе и беге по наклонной доске 3) совершенствовать навык энергичного отталкивания в прыжках вверх с места с касанием предмета рукой 4) развивать глазомер в метании в горизонтальную цель	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего

			5) способствовать развитию равновесия и ловкости.	ребёнка) – с. 232-234
		42. Повтор	1) формировать умение выполнять повороты кругом, переступая на месте 2) упражнять детей в ходьбе и беге по наклонной доске 3) совершенствовать навык энергичного отталкивания в прыжках вверх с места с касанием предмета рукой 4) развивать глазомер в метании в горизонтальную цель 5) способствовать развитию равновесия и ловкости.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 232-234
2 неделя		43. В гости к Красной Шапочке	1) научить детей ползать на средних и низких четвереньках по доске 2) развивать ловкость и равновесие в ходьбе, беге и прыжках по наклонной доске 3) закрепить навык энергичного отталкивания в прыжках вверх 4) воспитывать смелость и внимательность	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 235-237
		44. Повтор	1) научить детей ползать на средних и низких четвереньках по доске 2) развивать ловкость и равновесие в ходьбе, беге и прыжках по наклонной доске 3) закрепить навык энергичного отталкивания в прыжках вверх 4) воспитывать смелость и внимательность	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 235-237
3 неделя		45. Мой весёлый звонкий мяч	1) научить детей выполнять активный замах при бросках мяча из-за головы через шнур 2) упражнять детей в прыжках на месте с мячом между коленей, добиваясь пружинистых движений 3) развивать равновесие, ловкость 4) воспитывать у детей интерес к играм с мячом	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 238-240
		46. Повтор	1) научить детей выполнять активный замах при бросках мяча из-за	Литвинова О.М. Физ-

			<p>головы через шнур</p> <p>2) упражнять детей в прыжках на месте с мячом между коленей, добиваясь пружинистых движений</p> <p>3) развивать равновесие, ловкость</p> <p>4) воспитывать у детей интерес к играм с мячом</p>	<p>культурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 238-240</p>
	4 неделя	47. Мой весёлый звонкий мяч	<p>1) научить детей ходьбе по скамейке с выполнением дополнительных заданий</p> <p>2) упражнять детей в бросках мяча через препятствие, формируя у них представление об и.п.</p> <p>3) способствовать укреплению мышц ног в прыжках</p> <p>4) воспитывать внимательность и волевое качество – выдержку</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 240-242</p>
		48. Повтор	<p>1) научить детей ходьбе по скамейке с выполнением дополнительных заданий</p> <p>2) упражнять детей в бросках мяча через препятствие, формируя у них представление об и.п.</p> <p>3) способствовать укреплению мышц ног в прыжках</p> <p>4) воспитывать внимательность и волевое качество – выдержку</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 240-242</p>
Март	1 неделя	49. Волшебная палочка выручалочка	<p>1) познакомить детей со свойствами гимнастической палки и упражнениями с ней</p> <p>2) научить детей прыгать на одной ноге на месте</p> <p>3) упражнять в перестроении из колонны по 1 в колонну по 2 в движении</p> <p>4) закрепить умение бросать мяч через шнур, добиваясь высокой траектории полёта мяча</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 242-245</p>
		50. Повтор	<p>1) познакомить детей со свойствами гимнастической палки и упражнениями с ней</p> <p>2) научить детей прыгать на одной ноге на месте</p> <p>3) упражнять в перестроении из ко-</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. –</p>

		лонны по 1 в колонну по 2 в движении 4) закрепить умение бросать мяч через шнур, добиваясь высокой траектории полёта мяча	Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 242-245
2 неделя	51. Волшебная палочка выручалочка	1) упражнять детей в лазании по гимнастической лестнице удобным способом 2) развивать равновесие в ходьбе по гимнастическому буму 3) развивать ловкость и координацию в прыжках с высоты 4) способствовать тренировке выносливости 5) воспитывать интерес к занятиям физкультурой	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 245-248
	52. Повтор	1) упражнять детей в лазании по гимнастической лестнице удобным способом 2) развивать равновесие в ходьбе по гимнастическому буму 3) развивать ловкость и координацию в прыжках с высоты 4) способствовать тренировке выносливости 5) воспитывать интерес к занятиям физкультурой	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 245-248
3 неделя	53. Автомобилисты	1) научить метать предметы на дальность 2) развивать равновесие в ходьбе по буму 3) развивать координацию движений при лазании по гимнастической стенке 4) воспитывать собранность и внимательность при выполнении заданий по зрительному сигналу	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 248-251
	54. Повтор	1) научить метать предметы на дальность 2) развивать равновесие в ходьбе по буму 3) развивать координацию движений при лазании по гимнастической стенке 4) воспитывать собранность и внимательность при выполнении заданий по зрительному сигналу	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего

				ребёнка) – с. 248-251
	4 неделя	55. Авто-мобили-сты	<p>1) формировать навык остановки на звуковой сигнал в ходьбе</p> <p>2) научить детей выполнять прыжок в высоту с места</p> <p>3) совершенствовать замах и активный бросок при выполнении метания на дальность</p> <p>4) способствовать воспитанию выносливости в беге</p> <p>5) воспитывать смелость, лазая по гимнастической стенке</p>	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 251-252
		56. Повтор	<p>1) формировать навык остановки на звуковой сигнал в ходьбе</p> <p>2) научить детей выполнять прыжок в высоту с места</p> <p>3) совершенствовать замах и активный бросок при выполнении метания на дальность</p> <p>4) способствовать воспитанию выносливости в беге</p> <p>5) воспитывать смелость, лазая по гимнастической стенке</p>	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 251-252
Апрель	1 неделя	57. Весёлые туристы	<p>1) формировать представление о перестроении из колонны по 1 в колонну по 4</p> <p>2) научить ходьбе по наклонному бревну с дополнительными заданиями для рук</p> <p>3) упражнять в прыжках в высоту с места, добиваясь координации движений при взмахе руками и толчке ногами</p> <p>4) развивать глазомер при метании вдаль</p> <p>5) способствовать развитию быстроты</p>	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 253-255
		58. Повтор	<p>1) формировать представление о перестроении из колонны по 1 в колонну по 4</p> <p>2) научить ходьбе по наклонному бревну с дополнительными заданиями для рук</p> <p>3) упражнять в прыжках в высоту с места, добиваясь координации движений при взмахе руками и толчке ногами</p> <p>4) развивать глазомер при метании вдаль</p>	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 253-255

			5) способствовать развитию быстроты	
2 неделя	59. Весёлые туристы		1) формировать умение перестраиваться из колонны по 1 в колонну по 4 в движении 2) научить детей лазать по лестнице с переходом с пролёта на пролёт 3) развивать равновесие в ходьбе по наклонному бревну и при выполнении упражнений после ходьбы 4) закрепить умение выполнять прыжок через препятствие легко и пружинисто	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 256-258
	60. Повтор		1) формировать умение перестраиваться из колонны по 1 в колонну по 4 в движении 2) научить детей лазать по лестнице с переходом с пролёта на пролёт 3) развивать равновесие в ходьбе по наклонному бревну и при выполнении упражнений после ходьбы 4) закрепить умение выполнять прыжок через препятствие легко и пружинисто	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 256-258
3 неделя	61. На помощь трём поросятам		1) научить детей метать в горизонтальную цель (способом сверху) 2) упражнять в лазании по лестнице с переходом с пролёта на пролёт 3) развивать равновесие, выполняя ходьбу по наклонному бревну с перешагиванием через предметы 4) воспитывать творческое воображение при выполнении физкультурных упражнений	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 258-261
	62. Повтор		1) научить детей метать в горизонтальную цель (способом сверху) 2) упражнять в лазании по лестнице с переходом с пролёта на пролёт 3) развивать равновесие, выполняя ходьбу по наклонному бревну с перешагиванием через предметы 4) воспитывать творческое воображение при выполнении физкультурных упражнений	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 258-261
4 неделя	63. В гости к трём		1) научить детей выполнять прыжки через короткую скакалку, неподвиж-	Литвинова О.М. Физ-

		поросятам	<p>но висящую над полом</p> <p>2) совершенствовать умение метать в горизонтальную цель</p> <p>3) упражнять в лазании по лестнице с пролёта на пролёт</p> <p>4) способствовать развитию умения ориентироваться в пространстве</p>	<p>культурные занятия в детском саду.</p> <p>– Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 261-263</p>
		64. Повтор	<p>1) научить детей выполнять прыжки через короткую скакалку, неподвижно висящую над полом</p> <p>2) совершенствовать умение метать в горизонтальную цель</p> <p>3) упражнять в лазании по лестнице с пролёта на пролёт</p> <p>4) способствовать развитию умения ориентироваться в пространстве</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду.</p> <p>– Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 261-263</p>
Май	1 неделя	65. На солнечной полянке	<p>1) формировать представление о равенении по ориентиру и выполнять команду: «Равняйся!», «Смирно!»</p> <p>2) научить детей ходить по наклонному бревну со взмахами рук</p> <p>3) упражнять в прыжках через короткую скакалку</p> <p>4) закрепить умение метать в горизонтальную цель</p> <p>5) развивать умение ориентироваться в пространстве</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду.</p> <p>– Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 263-266</p>
		66. Повтор	<p>1) формировать представление о равенении по ориентиру и выполнять команду: «Равняйся!», «Смирно!»</p> <p>2) научить детей ходить по наклонному бревну со взмахами рук</p> <p>3) упражнять в прыжках через короткую скакалку</p> <p>4) закрепить умение метать в горизонтальную цель</p> <p>5) развивать умение ориентироваться в пространстве</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду.</p> <p>– Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 263-266</p>
	2 неделя	67. На солнечной полянке	<p>1) формировать умение ходить спиной вперёд</p> <p>2) научить детей перелезать через верхнюю планку лестницы стремянки</p> <p>3) развивать равновесие в ходьбе по</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду.</p> <p>– Изд.2-е. –</p>

		<p>наклонному бревну с поворотом вокруг себя на середине</p> <p>4) закрепить умение прыгать через короткую скакалку, добиваясь ритмичности и многократности прыжков</p> <p>5) способствовать развитию умения ориентироваться в пространстве и быстроты движений</p>	<p>Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 266-268</p>
	68. Повтор	<p>1) формировать умение ходить спиной вперёд</p> <p>2) научить детей перелезать через верхнюю планку лестницы стремянки</p> <p>3) развивать равновесие в ходьбе по наклонному бревну с поворотом вокруг себя на середине</p> <p>4) закрепить умение прыгать через короткую скакалку, добиваясь ритмичности и многократности прыжков</p> <p>5) способствовать развитию умения ориентироваться в пространстве и быстроты движений</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 266-268</p>
3 неделя	69. Поиграйка, поиграйка, наш весёлый стадион	<p>1) научить детей метать в вертикальную цель</p> <p>2) развивать равновесие в ходьбе по бревну с перешагиванием через предметы</p> <p>3) развивать скоростные качества в беге</p> <p>4) воспитывать смелость при перелезании через лестницу-стремянку</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 269-271</p>
	70. Повтор	<p>1) научить детей метать в вертикальную цель</p> <p>2) развивать равновесие в ходьбе по бревну с перешагиванием через предметы</p> <p>3) развивать скоростные качества в беге</p> <p>4) воспитывать смелость при перелезании через лестницу-стремянку</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 269-271</p>
4 неделя	71. Поиграйка, поиграйка, наш	<p>1) научить детей прыжку в длину с места</p> <p>2) упражнять в метании в вертикальную цель</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в</p>

		весёлый стадион	3) закрепить умение лазать по лестнице в усложнённых условиях 4) развивать ловкость, быстроту реакции 5) воспитывать умение действовать коллективно	детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 271-273
		72. Повтор	1) научить детей прыжку в длину с места 2) упражнять в метании в вертикальную цель 3) закрепить умение лазать по лестнице в усложнённых условиях 4) развивать ловкость, быстроту реакции 5) воспитывать умение действовать коллективно	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 271-273

Старшая группа

Период прохождения	Неделя	Тема занятия	Задачи	Методическое обеспечение
Сентябрь	1 неделя	1. Сбор урожая (в зале)	1) научить детей ходить по ограниченной поверхности с дополнительным заданием 2) упражнять детей в прыжках из обруча в обруч 3) закрепить умение лазать по лестнице с усложнением 4) развивать ловкость и быстроту реакции в беге с изменением темпа движения 5) воспитывать дружелюбные отношения в игре	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 274-277
		2. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в построении в колонны; 2) повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 16-18
	2 неделя	3. Традиционное (в зале)	1) научить детей подбрасывать мяч вверх, бросать об пол и ловить его, не прижимая к груди 2) упражнять в ходьбе по скамейке с перешагиванием через предметы	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492

			3) закрепить умение прыгать на 2-х ногах с продвижением вперёд с дополнительным заданием 4) развивать ловкость в эстафете с подлезанием	с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 278-280
		4. Игровое (на улице)	1) повторить ходьбу и бег между предметами, врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках; 2) развивать ловкость в беге; 3) разучить игровые упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 19-20
3 неделя	5. Традиционное (в зале)	1) формировать умение ходить перекатом с пятки на носок 2) научить детей ползать на четвереньках между предметами 3) упражнять в подбрасывании и ловле мяча 4) развивать равновесие в ходьбе по буму на носках 5) развивать скорость реакции и прыгучесть 6) воспитывать собранность и внимательность на занятиях по физкультуре	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 281-285	
	6. Игровое (на улице)	1) повторить бег, продолжительность до 1 минуты, упражнять в прыжках. 2) развивать ловкость и глазомер, координацию движений.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 23	
4 неделя	7. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх (в зале)	1) развивать ловкость, прыгучесть, глазомер 2) тренировать скорость реакции на звуковой сигнал 3) воспитывать уважительное отношение к товарищам 4) прививать интерес к занятиям физкультурой и потребность к ежедневным спортивным занятиям	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 285-287	
	8. Игровое (на улице)	1) упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках; 2) повторить задания с мячом; 3) развивать ловкость, глазомер.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.:	

				Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 25-26
Октябрь	1 неделя	9. Экскурсия в осенний лес (в зале)	1) формировать умение бегать с преодолением препятствий 2) научить детей ходить по шнуру, сохраняя равновесие 3) упражнять детей в бросании мяча о пол одной рукой 4) закрепить навык ползания на четвереньках между предметами 5) воспитывать внимательность и умение чётко реагировать на команду преподавателя	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 287-290
		10. Игровое (на улице)	1) повторить ходьбу с высоким подниманием колен; 2) знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в прыжках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с.28-29
	2 неделя	11. Традиционное (в зале)	1) формировать умение выполнять повороты на месте прыжком 2) научить детей лазать по лестнице разноимённым способом 3) упражнять в ходьбе по шнуру, сохраняя правильную осанку 4) закрепить умение отбивать мяч о пол (с усложнением) 5) воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с.290-294
		12. Игровое (на улице)	1) упражнять в ходьбе и беге; 2) разучить игровые упражнения с мячом; 3) повторить игровые упражнения с бегом и прыжками	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 31
	3 неделя	13. Традиционное (в зале)	1) формировать умение перестраиваться в два круга 2) научить детей перепрыгивать предметы 3) упражнять в лазании по гимнастической стенке разноимённым способом 4) развивать равновесие в ходьбе по шнуру	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 294-297

			5) развивать глазомер и ловкость в игре с мячом	
		14. Игровое (на улице)	1) упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; 2) познакомить с игрой в бадминтон; 3) повторить игровое упражнение с прыжками.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 34
	4 неделя	15. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх (в зале)	1) познакомить детей с расчётом на первый-второй 2) развивать равновесие, прыгучесть, скоростные качества, ловкость 3) укреплять силу мышц 4) воспитывать интерес к физкультуре и потребность в ежедневных занятиях физкультурой	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 297-299
		16. Игровое (на улице)	1) развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минут; 2) разучить игру «Посадка картофеля»; 3) упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники»	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 36-37
Ноябрь	1 неделя	17. Путешествие по родному городу (в зале)	1) научить детей ходить по гимнастическому буму с дополнительным заданием 2) упражнять в прыжках через предметы с усложнением, добываясь ритмичности и лёгкости выполнения 3) закрепить умение лазать по гимнастической лестнице с дополнительным заданием 4) развивать глазомер, прокатывая мяч в цель 5) осуществлять профилактику плоскостопия	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 299-303
		18. Игровое (на улице)	1) повторить бег; 2) повторить игровые упражнения с мячом; 3) упражнять в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 40

2 неделя	19. Традиционное (в зале)	<ol style="list-style-type: none"> 1) формировать умение перестраиваться в три колонны с места 2) научить детей перебрасывать мяч в парах снизу и от груди 3) упражнять в ходьбе по буму с дополнительным заданием 4) закрепить умение выполнять пружинистые прыжки через предметы 5) воспитывать у детей стремление выполнять физкультурные упражнения эстетично 	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 303-305
	20. Игровое (на улице)	<ol style="list-style-type: none"> 1) повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движений; 2) развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге. 	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 42-43
3 неделя	21. Традиционное (в зале)	<ol style="list-style-type: none"> 1) формировать у детей представление о расхождении из колонны; о чётких поворотах на углах зала 2) упражнять детей в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками 3) упражнять в перебрасывании мяча в парах, добываясь необходимой траектории полёта мяча 4) развивать равновесие и ловкость 5) способствовать тренировке вестибулярного аппарата 	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 305-309
	22. Игровое (на улице)	<ol style="list-style-type: none"> 1) упражнять в беге, развивая выносливость; 2) упражнять в перебрасывании мяча в шеренгах; 3) повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. 	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 44-45
4 неделя	23. Зачётное (в зале)	<ol style="list-style-type: none"> 1) выявить уровень овладения основными движениями 	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492

				с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 310-311
		24. Игровое (на улице)	1) повторить бег с преодолением препятствий; 2) повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 46
Декабрь	1 неделя	25. Мы – туристы (в зале)	1) формировать умение рассчитывать на 1-й, 2-й, 3-й и перестраиваться по расчёту 2) научить детей сохранять равновесие при приземлении с высоты в обозначенное место 3) закрепить умение перебрасывать мяч любым способом и ловить его 4) воспитывать решительность	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 311-315
		26. Игровое (на улице)	1) разучить игровые упражнения с бегом и прыжками 2) упражнять в метании снежков на дальность.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 49-50
	2 неделя	27. Традиционное (в зале)	1) научить детей выполнять броски мяча о пол при ходьбе по гимнастической скамейке 2) упражнять в прыжках с высоты в обозначенное место 3) развивать ловкость, прокатывая мяч головой, ползая на четвереньках 4) воспитывать умение выполнять физ. упражнения с партнёром	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 315-319
		28. Игровое (на улице)	1) повторить ходьбу и бег между снежными постройками; 2) упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд; 3) упражнять в бросании снежков в цель.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 51-52
	3 неделя	29. Тра-	1) научить детей перелезть че-	Литвинова О.М.

		диционное (в зале)	рез бум правым и левым боком 2) упражнять в ходьбе по скамейке с отбиванием мяча о пол и ловлей его 3) развивать ловкость, прыгучесть в прыжках на батут и обратно 4) развивать глазомер в бросках по движущейся цели и умение уворачиваться от летящего мяча	Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 320-323
		30. Игровое (на улице)	1) развивать ритмичность ходьбы на лыжах; 2) упражнять в прыжках на двух ногах; 3) повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 53-54
	4 неделя	31. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх (в зале)	1) формировать у детей умение перестраиваться из одной шеренги в две 2) совершенствовать навык ловли и броска мяча 3) развивать мышечную силу 4) развивать ловкость и прыгучесть 5) воспитывать умение контролировать свои эмоции в командных играх	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 323-326
		32. Игровое (на улице)	1) повторить продвижение на лыжах скользящим шагом; 2) разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; 3) развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 56-57
Январь	1 неделя	33. Забавы Зимы (в зале)	1) познакомить детей с имитационной ходьбой лыжника 2) научить броскам вдаль, добиваясь высокой траектории полёта 3) упражнять в ползании по наклонной доске 4) развивать равновесие в ходьбе по скамейке с выполнением дополнительного задания 5) способствовать развитию ловкости и выносливости.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 326-330
		34. Игровое (на	1) продолжать учить детей продвигаться по учебной лыжне;	Пензулаева Л.И. Физкультурные

		улице)	2) повторить игровые упражнения.	занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 60
2 неделя	35. Традиционное (в зале)		1) научить детей выполнять активный взмах руками и энергичное отталкивание в прыжках в длину с места 2) упражнять в метании в горизонтальную цель, добиваясь меткого выполнения 3) развивать равновесие в ходьбе по наклонной поверхности с дополнительным заданием 4) способствовать развитию ловкости 5) воспитывать внимательность при выполнении сложнокоординированных упражнений	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 330-332
		36. Игровое (на улице)	1) закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; 2) повторить игровые упражнения с бегом и метанием.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 62
3 неделя	37. С элементами аэробики (в зале)		1) научить детей сохранять равновесие в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием 2) совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с места 3) развивать глазомер при метании в вертикальную цель 4) развивать ритм при выполнении упражнений под современную музыку 5) воспитывать умение выполнять упражнения эстетично	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 332-339
		38. Игровое (на улице)	1) закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; 2) повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с.

				64
	4 неделя	39. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх (в зале)	1) формировать умение ходить с перекатом с пятки на носок 2) упражнять в прыжках в длину с места, метании в горизонтальную цель, подлезании 3) побуждать детей совершенствовать двигательные навыки в соревновательной деятельности 4) воспитывать ответственность за свои действия	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 339-342
		40. Игровое (на улице)	1) разучить повороты на лыжах; 2) повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 65-66
Февраль	1 неделя	41. Пожарные на учениях (в зале)	1) познакомить детей с ходьбой шеренгой 2) научить ползать попластунски 3) развивать равновесие, выполняя бег по скамейке с дополнительным заданием 4) развивать ловкость в прыжках через неподвижную длинную скакалку 5) воспитывать умение ориентироваться в пространстве	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 342-345
		42. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом; 2) повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 68-69
	2 неделя	43. Традиционное (в зале)	1) научить детей прыгать через длинную скакалку 2) упражнять в ползании попластунски 3) развивать равновесие в ходьбе по буму с выполнением задания 4) продолжать формировать правильную осанку 5) воспитывать внимательность и собранность	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 346-347
		44. Игровое	1) упражнять в ходьбе на лыжах,	Пензулаева Л.И.

		вое (на улице)	в метании снежков на дальность; 2) повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 70
3 неделя	45. С элементами аэробики (в зале)		1) научить детей выполнять упражнения на гимнастических кольцах 2) упражнять детей в перебрасывании мяча через сетку, добиваясь энергичного отталкивания мяча пальцами рук 3) закрепить умение ползать попластунски 4) способствовать развитию чувства ритма 5) воспитывать внимательность	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 348-350
		46. Игровое (на улице)	1) повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 72
4 неделя	47. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх (в зале)		1) познакомить детей с построением в шеренгу и колонну по диагонали и с расчётом на 1-2-й в движении 2) развивать ловкость и глазомер, прокатывая мяч ногой в заданном направлении 3) совершенствовать умение лазать по гимнастической лестнице 4) воспитывать умение использовать полученные навыки в соревновательной деятельности	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 350-353
		48. Игровое (на улице) Повтор	1) повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с.72
Март	1 неделя	49. Мы – юные	1) познакомить детей с построением в 1 и 2 круга	Литвинова О.М. Физкультурные

		циркачи (в зале)	<p>2) научить детей выполнять активный взмах руками и энергичное отталкивание, прыгая вверх с разбега</p> <p>3) совершенствовать умение бросать и ловить мяч в парах через сетку</p> <p>4) упражнять детей в ходьбе по наклонной доске боком</p> <p>5) развивать ловкость при ведении мяча ногами</p> <p>6) воспитывать смелость</p>	занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 353-356
		50. Игровое (на улице)	<p>1) повторить игровые упражнения с бегом;</p> <p>2) упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.</p>	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 77-78
2 неделя		51. Традиционное (в зале)	<p>1) познакомить детей с ходьбой скрестным шагом и бегом спиной вперёд</p> <p>2) научить детей перебрасывать малый мяч из одной руки в другую</p> <p>3) упражнять в прыжках вверх с касанием предмета, подбирая разбег</p> <p>4) развивать равновесие в ходьбе по скамейке с перешагиванием предметов боком</p>	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 356-358
		52. Игровое (на улице)	<p>1) повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.</p>	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 79-80
3 неделя		53. С элементами аэробики (в зале)	<p>1) научить детей лазать по канату</p> <p>2) упражнять в перебрасывании мяча из одной руки в другую</p> <p>3) закрепить навык прыжка вверх с разбега с касанием предмета</p> <p>4) развивать у детей чувство ритма</p> <p>5) воспитывать внимательность, смелость</p>	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 358-361
		54. Игро-	<p>1) повторить бег в чередовании с</p>	Пензулаева Л.И.

		вое (на улице) Повтор	ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.	Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 79-80
	4 неделя	55. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх (в зале)	1) развивать глазомер, прыгучесть, ловкость, умение увертываться 2) воспитывать интерес к занятиям физической культурой	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 361-364
		56. Игровое (на улице)	1) упражнять в беге на скорость; 2) разучить упражнение с прокатыванием мяча; 3) повторить игровые задания с прыжками.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 84
Апрель	1 неделя	57. Мы космонавты (в зале)	1) научить детей выполнять прыжок в высоту с разбега, акцентируя внимание на отталкивании одной ногой и приземлении на две ноги 2) упражнять в подлезании под дуги 3) развивать ловкость и координацию при перебрасывании мяча из руки в руку в движении по ограниченной поверхности 4) развивать ориентировку в пространстве 5) воспитывать у детей способность оценивать свои действия и движения товарищей	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 364-368
		58. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; 2) повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 86
	2 неделя	59. Тра-	1) формировать умение пере-	Литвинова О.М.

		диционное (в зале)	<p>страиваться в пары в движении</p> <p>2) научить детей ловить и бросать набивной мяч</p> <p>3) упражнять детей в прыжках в высоту с разбега, добиваясь активного взмаха согнутой ногой и руками при отталкивании</p> <p>4) закрепить умение пролезать в обручи боком, не касаясь руками пола и обода обруча головой</p> <p>5) способствовать развитию силовых качеств</p> <p>6) развивать силу мышц рук и выносливость</p>	Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с.368-370		
		60. Игровое (на улице)	<p>1) упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость;</p> <p>2) упражнять в прокатывании обруча;</p> <p>3) повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.</p>	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 88		
3 неделя	61. С элементами аэробики (в зале)	1) научить детей делать «угол» в вися на гимнастической стенке	2) развивать скоростно-силовые качества в бросках набивного мяча	3) закрепить умение выполнять прыжок в высоту с разбега, добиваясь мягкого приземления и сохранения равновесия после прыжка.	4) воспитывать стремление выразительно выполнять танцевальные движения	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 370-373
		62. Игровое (на улице)	1) повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.			Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 90
		63. Построенное на эстафетах, соревнованиях,	1) совершенствовать умение увёртываться от догоняющего	2) совершенствовать умение ориентироваться в пространстве	3) развивать ловкость, прыгучесть, выносливость	
4 неделя						

		подвижных играх (в зале)	4) воспитывать способность управлять своими эмоциями	с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 373-376
		64. Игровое (на улице)	1) упражнять в беге на скорость; в прыжках и равновесии; 2) повторить игровые упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 92-93
Май	1 неделя	65. Олимпийские звёзды (в зале)	1) познакомить детей с челночным бегом 2) научить детей лазать по верёвочной лестнице разноимённым способом 3) упражнять в ходьбе по буму с мешочком на голове 4) развивать скоростно-силовые качества, бросая набивной мяч 5) воспитывать интерес к совместной двигательной деятельности	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 376-379
		66. Игровое (на улице)	1) упражнять в беге с высоким подниманием бедра; 2) развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон)	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 95
	2 неделя	67. Традиционное (в зале)	1) познакомить детей с размыканием из одной колонны в 3 приставным шагом 2) научить детей выполнять прыжок в высоту с разбега, подбирая толчковую ногу 3) упражнять детей в лазании по верёвочной лестнице одноимённым способом 4) развивать равновесие в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием 5) способствовать тренировке выносливости	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 379-381
		68. Игровое (на улице)	1) развивать выносливость в непрерывном беге; 2) упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; 3) повторить игровые упражне-	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.:

			ния с мячом	Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с.96-97
3 неделя	69. Традиционное (в зале)	1) познакомить детей с положением тела при старте на короткую дистанцию в беге 2) упражнять в прыжках в длину с разбега, добиваясь активного взмаха руками при отталкивании и выноса ног вперёд перед приземлением 3) совершенствовать метание вдаль, добиваясь высокой траектории, необходимой для дальнего полёта предмета 4) закрепить умение лазать по верёвочной лестнице 5) развивать умение владеть телом при выполнении упражнений на гимнастических кольцах		Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 382-383
	70. Игровое (на улице)	1) повторить бег на скорость, игровые упражнения с мячом; 2) упражнять в прыжках с продвижением вперёд.		Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 98-99
4 неделя	71. Зачётное (в зале)	1) выявить уровень овладения основными движениями		Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 383-385
	72. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; в игровых упражнениях с мячом.		Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с. – с. 100-101

Подготовительная группа

Период прохождения	Неделя	Тема занятия	Задачи	Методическое обеспечение
--------------------	--------	--------------	--------	--------------------------

Сентябрь	1 неделя	1. Традиционное (в зале)	<p>1) упражнять в ходьбе по гимнастическому буму боком приставным шагом</p> <p>2) упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд</p> <p>3) закрепить умение пролезать в обруч правым и левым боком</p> <p>4) способствовать тренировке внимательности, ловкости</p>	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 386-390
		2. Игровое (на улице)	<p>1) упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением;</p> <p>2) знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений;</p> <p>3) повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.</p>	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 10
	2 неделя	3. Мы - волейболисты (в зале)	<p>1) упражнять детей в перебрасывании мяча через сетку двумя руками из-за головы</p> <p>2) упражнять в ходьбе гимнастическим шагом по скамейке с мячом, фиксируя его положение</p> <p>3) закрепить умение прыгать с мячом между колен</p> <p>4) развивать глазомер</p> <p>5) воспитывать интерес к занятиям физкультурой</p>	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с.391-393
		4. Игровое (на улице)	<p>1) упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу;</p> <p>2) развивать внимание и быстроту движений.</p>	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 13
	3 неделя	5. Традиционное (в зале)	<p>1) научить детей ползать на высоких четвереньках по гимнастической скамейке</p> <p>2) упражнять в перебрасывании мя-</p>	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду.

			<p>ча через сетку от груди</p> <p>3) закрепить умение ходить по гимнастической скамейке с дополнительным заданием</p> <p>4) способствовать развитию ловкости, прыгучести</p> <p>5) воспитывать смелость, решительность</p>	<p>– Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 394-396</p>
		6. Игровое (на улице)	<p>1) упражнять в чередовании ходьбы и бега;</p> <p>2) развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.</p>	<p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 15</p>
	4 неделя	7. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх	<p>1) развивать ловкость, прыгучесть, точность движений, глазомер</p> <p>2) способствовать воспитанию выносливости</p> <p>3) воспитывать интерес к совместным коллективным действиям</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 396-399</p>
		8. Игровое (на улице)	<p>1) повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу,</p> <p>2) упражнять в прыжках, в умении отбивать мяч об пол продвигаясь между предметами;</p> <p>3) разучить игру «Круговая лапта»</p>	<p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 17</p>
Октябрь	1 неделя	9. Традиционное (в зале)	<p>1) научить детей выполнять прыжки вверх из глубокого приседа с продвижением вперёд</p> <p>2) упражнять в ползании на низких четвереньках по наклонной доске</p> <p>3) закрепить умение перебрасывать мяч в парах из разных исходных</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010.</p>

			положений 4) способствовать тренировке скорости реакции, ловкости.	– 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 399-402
		10. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в беге с преодолением препятствий; 2) развивать ловкость в упражнениях с мячом; 3) повторить задание в прыжках	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 21
2 неделя		11. С элементами аэробики (в зале)	1) научить детей выполнять гимнастические упражнения на лестнице 2) способствовать развитию чувства ритма, пластики движений 3) развивать скоростные качества	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с.402-407
		12. Игровое (на улице)	1) повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минут); 2) развивать точность броска; 3) упражнять в прыжках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 23
3 неделя		13. Традиционное (в зале)	1) научить детей ходить по гимнастическому буму с выполнением сложнокоординированных упражнений 2) упражнять в прыжках вверх из глубокого приседа 3) закрепить умение ползать на четвереньках с преодолением препятствий и в усложнённых условиях 4) воспитывать интерес и любовь к занятиям физкультурой	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с.407-411
		14. Игровое (на улице)	1) закреплять навык ходьбы с изменением направления движения,	Пензулаева Л.И. Физкуль-

		улице)	умение действовать по сигналу педагога; 2) развивать точность в упражнениях с мячом.	турные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 25-26
	4 неделя	15. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх	1) развивать ловкость и координацию в упражнении с футбольным мячом; 2) способствовать развитию прыгучести и равновесие; 3) воспитывать умение действовать в коллективе	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 412-414
		16. Игровое (на улице)	1) повторить ходьбу с остановкой по сигналу педагога, бег в умеренном темпе; 2) упражнять в прыжках и перебрасывании мяча.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 27-28
Ноябрь	1 неделя	17. Традиционное (в зале)	1) научить детей отбивать мяч о пол поочередно одной и другой рукой; 2) упражнять в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием; 3) развивать скоростно-силовые качества в прыжках вверх из глубокого приседа; 4) воспитывать стремление выполнять упражнение выразительно.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 414-417
		18. Игровое (на улице)	1) закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; 2) повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты за-

				нятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 31
2 неделя	19. С элементами аэробики (в зале)	1) научить детей выполнять гимнастические упражнения на кольцах; 2) совершенствовать владение мячом при ведении его в движении; 3) развивать скоростно-силовые качества в прыжках вверх с целью достать предмет; 4) воспитывать умение выполнять движения ритмично, согласованно с музыкой.		Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 417-419
	20. Игровое (на улице)	1) закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; 2) повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.		Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 33
3 неделя	21. Традиционное (в зале)	1) научить детей ползать по скамейке, подтягиваясь руками; 2) совершенствовать умение вести мяч в ходьбе и беге; 3) развивать равновесие в ходьбе по буму с дополнительным заданием; 4) способствовать развитию прыгучести; 5) воспитывать внимательность и собранность при выполнении заданий.		Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 419-423
	22. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; 2) повторить игровые упражнения с мячом и бегом.		Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 35

	4 неделя	23. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх	1) развивать силу мышц при выполнении статического задания; 2) развивать скоростные качества в беге; 3) развивать мелкую моторику кистей; 4) воспитывать внимательность, умение чётко реагировать на команды инструктора.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 423-427
		24. Игровое (на улице)	1) повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; 2) упражнять в поворотах прыжком на месте; 3) повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; 4) упражнять в выполнении заданий с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 38
Декабрь	1 неделя	25. Традиционное (в зале)	1) научить детей ведению мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал 2) упражнять в ползании по скамейке на спине 3) совершенствовать равновесие в ходьбе по буму с дополнительным заданием 4)развивать ловкость и скорость реакции при выполнении передачи мяча в парах	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 427-430
		26. Игровое (на улице)	1) повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу; 2) упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минут); 3) повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 40
	2 неделя	27. Смелые альпинисты (в зале)	1) научить детей запрыгивать на предметы с разбега 2) совершенствовать ведение мяча одной и другой рукой в ходьбе и	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду.

		беге 3) закрепить умение ползать по скамейке на животе 4) развивать ловкость 5) способствовать тренировке выносливости	– Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 430-432
	28. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу; упражнять в прыжках; 2) повторить игровые упражнения на равновесие, на внимание.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 42-43
3 неделя	29. Традиционное (в зале)	1) научить детей ползать попластунски 2) упражнять в прыжках на 2-х ногах с дополнительным заданием 3) закрепить умение вести мяч разными способами 4) способствовать тренировке стартовой скорости 5) воспитывать умение согласовывать свои движения с движениями своих товарищей.	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 432-436
	30. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой на сигнал; 2) повторить задания с мячом, упражнение в прыжках, на равновесие.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с.45-46
4 неделя	31. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх	1) развивать глазомер при выполнении бросков мяча в корзину 2) развивать ловкость и координацию движений в упражнениях с хоккейной клюшкой; ракеткой 3) упражнять в приёме мяча, отскокившего от стены (футбольный вариант) 4) прививать интерес к занятиям	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка)

			физкультурой	ка) – с. 436-438
		32. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; 2) разучить игровое задание «Точный пас»; 3) развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 47-48
Январь	1 неделя	33. Традиционное (в зале)	1) формировать умение владеть футбольными приёмами 2) научить детей ходить по гимнастическому буму с усложнением 3) упражнять в ползании попластунски с дополнительным заданием 4) закрепить умение в прыгивать на возвышение и спрыгивать с него 5) воспитывать смелость	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 438-441
		34. Игровое (на улице)	1) упражнять в ходьбе в колонне по одному; в беге между предметами; в ходьбе и беге в рассыпную; 2) повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; 3) провести подвижную игру «Два Мороза»	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с.50-51
	2 неделя	35. С элементами аэробики (в зале)	1) формировать умение перестраиваться по расчёту на 1-й, 2-й, 3-й 2) научить детей лазать по верёвочной лестнице 3) совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с места 4) воспитывать творчество и воображение	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 441-443
		36. Игровое (на улице)	1) провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое задание с прыжками «Весё-	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготови-

			лые воробушки»	тельная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 53
3 неделя	37. Традиционное (в зале)	1) научить детей выполнять броски в цель из разных и.п. 2) совершенствовать умение сохранять равновесие, пробегая по скамейке с обручем в руках 3) закрепить умение ползать попластунски 4) развивать точность движений и глазомер		Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 443-446
	38. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в ходьбе между снежками; 2) разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; 3) повторить катание друг друга на санках.		Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 55
4 неделя	39. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх	1) развивать глазомер, выполняя бросок баскетбольного мяча в корзину 2) развивать ловкость при ведении шайбы клюшкой между предметами 3) развивать ловкость при отборе мяча у противника (футб) 4) развивать представление и воображение, а также творческие способности при описании спортивного снаряда		Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 446-449
	40. Игровое (на улице)	1) повторить ходьбу между постройками из снега; 2) упражнять в скольжении по ледяной дорожке; 3) разучить игру «По местам!»		Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-

				СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 57
Февраль	1 неделя	41. Традиционное (в зале)	1) научить детей прыгать через короткую скакалку разными способами 2) совершенствовать умение метать в горизонтальную и вертикальную цель 3) развивать и закреплять умение сохранять равновесие в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием 4) воспитывать собранность и дисциплину	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 449-452
		42. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; 2) повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 59-60
	2 неделя	43. С элементами аэробики (в зале)	1) научить детей выполнять гимнастические упражнения на кольцах 2) упражнять в прыжках через короткую скакалку между предметами 3) способствовать развитию чувства ритма при выполнении упражнений в ходьбе 4) воспитывать эстетичное выполнение упражнений	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 452-453
		44. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; 2) повторить игровые упражнения на санках, с шайбой и клюшкой	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 61-62
3 неделя	45. Тра-	1) научить детей подлезать под дугу	Литвинова	

		диционное (в зале)	<p>в группировке</p> <p>2) упражнять в метании в движущуюся цель</p> <p>3) совершенствовать умение сохранять равновесие на ограниченной площади опоры с усложнением</p> <p>4) закрепить умение детей прыгать через короткую скакалку</p> <p>5) воспитывать внимательность</p>	<p>О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 454-456</p>
		46. Игровое (на улице)	<p>1) упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий;</p> <p>2) повторить игровые упражнения на санках, с шайбой и клюшкой</p>	<p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 63-64</p>
	4 неделя	47. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх	<p>1) научить отбивать волан бадминтонной ракеткой правой и левой рукой</p> <p>2) способствовать развитию ловкости и координации в беге, в прыжках через скакалку и в лазании по лестнице</p> <p>3) развивать скоростные качества</p> <p>4) воспитывать смелость; творчество в двигательных действиях</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 456-459</p>
		48. Игровое (на улице)	<p>1) упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»;</p> <p>2) повторить игровые задания с метанием снежков, с прыжками.</p>	<p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 65</p>
Март	1 неделя	49. Традиционное (в зале)	<p>1) научить детей ходить по гимнастической скамейке, выполняя упражнения с бадминтонной ракеткой</p> <p>2) упражнять в подбивании ракеткой воланчика стоя на месте</p> <p>3) упражнять в подлезании под дугу боком</p>	<p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010.</p>

			4) способствовать развитию ловкости, тренировке реакции 5) воспитывать внимательность	– 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 459-462
		50. Игровое (на улице)	1) повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 72-73
2 неделя	51. С элементами аэробики (в зале)	1) научить детей выполнять упражнения с длинной скакалкой 2) упражнять в лазании по верёвочной лестнице чередующимся шагом 3) совершенствовать умение сохранять равновесие в ходьбе по шнуру с мешочком на голове 4) способствовать развитию ловкости, координации движений 5) воспитывать выносливость	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 462-464	
	52. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в беге, в прыжках; 2) развивать ловкость в заданиях с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 74-75	
3 неделя	53. Традиционное (в зале)	1) научить детей выполнять прыжок в высоту с разбега 2) упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с высоким подниманием ноги и хлопком под коленом 3) закрепить умение работать с ракеткой и воланом 4) развивать быстроту, ловкость, точность, глазомер 5) укреплять мышцы рук и ног	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 464-467	
	54. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в беге на скорость;	Пензулаева Л.И. Физкуль-	

		улице)	2) повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	турные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 77-78
	4 неделя	55. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх	1) совершенствовать умение работать с ракеткой и воланом 2) развивать ловкость, точность, координацию движений, глазомер 3) способствовать укреплению мышц тела	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 467-469
		56. Игровое (на улице)	1) повторить упражнения с бегом, с прыжками, с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 79-80
Апрель	1 неделя	57. Традиционное (в зале)	1) научить детей выполнять гимнастические упражнения на лестнице 2) совершенствовать технику выполнения прыжка в высоту с разбега 3) познакомить детей с элементами тенниса 4) способствовать укреплению мышц рук 5) воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с.469-471
		58. Игровое (на улице)	1) повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа.

				Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 81-82
2 неделя	59. С элементами аэробики (в зале)	1) научить детей выполнять упражнение на равновесие - «ласточку», стоя на гимнастическом буме 2) упражнять в метании в горизонтальную цель 3) укреплять мышцы рук и брюшного пресса в упражнениях на гимнастической лестнице 4) воспитывать собранность, внимательность на занятиях физкультурой		Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 472-474
	60. Игровое (на улице)	1) повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, с прыжками.		Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 83
3 неделя	61. Традиционное (в зале)	1) научить детей подбивать шарик теннисной ракеткой, стоя на месте 2) совершенствовать умение выполнять гимнастические упражнения на лестнице 3) закрепить умение выполнять прыжок в высоту с разбега 4) развивать ловкость, координацию движений 5) воспитывать выносливость		Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 474-477
	62. Игровое (на улице)	1) повторить бег на скорость; 2) упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии		Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. –

				с. 85-86
	4 неделя	63. Построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх	1) упражнять детей в подбивании мяча теннисной ракеткой в движении 2) развивать ловкость и скоростные качества в игре с бегом и увёртыванием 3) способствовать развитию равновесия 4) воспитывать смелость	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 477-479
		64. Игровое (на улице)	1) повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания с прыжками, с мячом	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 87
Май	1 неделя	65. Традиционное (в зале)	1) формировать представление о челночном беге 2) научить детей выполнять прыжок в длину с разбега 3) упражнять в выполнении равновесия на ограниченной площади опоры 4) закрепить умение владеть теннисной ракеткой и шариком 5) развивать координацию движений	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 479-483
		66. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; 2) развивать точность движений при перебрасывании мяча друг другу в движении; 3) упражнять в прыжках через короткую скакалку; 4) повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 89
	2 неделя	67. Традиционное (в за-	1) учить детей в игре с ракеткой и шариком парами 2) совершенствовать технику в вы-	Литвинова О.М. Физкультурные занятия

		ле)	полнении прыжка в длину с разбега 3) закрепить умение выполнять равновесие на ограниченной площади опоры 4) воспитывать самостоятельность в выполнении упражнений	в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 483-485
		68. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; 2) повторить упражнения с мячом, с прыжками.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 91
3 неделя		69. Традиционное (в зале)	1) научить детей слитному выполнению метания вдаль с полным выпрямлением руки и энергичным движением кисти 2) закрепить технику выполнения прыжка в длину с разбега, без заступа за линию отталкивания 3) упражнять в бросании мяча в кольцо от груди 4) воспитывать умение концентрировать внимание на деталях упражнения	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 485-488
		70. Игровое (на улице)	1) упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге враспынную; 2) повторить задания с мячом и прыжками.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 92-94
4 неделя		71. Традиционное (в зале)	1) упражнять детей в прыжках через длинную скакалку 2) закрепить слитное выполнение метания вдаль с полным выпрямлением руки и энергичным движением кисти 3) способствовать тренировке вы-	Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010.

			носливости в беге на длинную дистанцию 4) воспитывать умение действовать коллективно в игре	– 492 с. – (Мир вашего ребёнка) – с. 489-490
		72. Игровое (на улице)	1) повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; 2) упражнять в заданиях с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с. – с. 95

2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

В образовательной деятельности по физической культуре различают разнообразные виды деятельности, выполняющие свои цели и задачи:

Общеразвивающие упражнения направлены на развитие координационных способностей, гибкости и подвижности в суставах, укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых мешает овладению совершенной техникой бега. Данный материал используется для развития основных физических качеств.

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полу шпагаты на месте; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя на месте и при передвижениях.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через препятствие; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик.

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля мяча среднего диаметра в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); равномерный 3-х минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение много подскоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

- комплексы утренней гимнастики
- комплексы физкультминуток
- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп
- комплексы дыхательных упражнений
- гимнастика для глаз и т. п.

Спортивно-оздоровительная деятельность направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перека- ты.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Опорный прыжок: с места через гимнастическую скамейку, держа двумя ру- ками за край скамейки.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; чел- ночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижени- ем; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность правой и левой рукой поочередно.

Подвижные и спортивные игры: игровые задания с использованием строевых упражнений; упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию; с прыж- ками, бегом, метанием и бросками; упражнения на координацию, выносливость и быстроту; на материале футбола: удар по неподвижному и катящемуся мячу, ос- тановка мяча, ведение мяча; на материале баскетбола: ведение мяча, броски мяча в корзину.

Физкультурно-досуговые мероприятия направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

2. 5. Способы и направления поддержки детской инициативы

Чтобы дети верили в себя, развивались и экспериментировали, взрослые – и педагоги, и родители, должны подкреплять детскую инициативу, даже когда она сопровождается ошибками, поскольку, развитие - это всегда что-то новое, а новое всегда сопровождается и ошибками в том числе.

Способы поддержки инициативы детей:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- не директивную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

Направления поддержки детской инициативы:

- творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;
- инициатива как целеполагание и волевое усилие – предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;
- коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;
- познавательная инициатива – предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.

2. 6. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Основные цели и задачи

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Ведущая цель— создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности ро-

дителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Основные направления и формы взаимодействия с семьей

В современном быстро меняющемся мире родители и педагоги должны непрерывно повышать свое образование. Программы родительского образования важно разрабатывать и реализовывать исходя из следующих принципов:

- целенаправленности — ориентации на цели и приоритетные задачи образования родителей;
- доступности — учета возможностей родителей освоить предусмотренный программой учебный материал;
- индивидуализации — преобразования содержания, методов обучения и темпов освоения программы в зависимости от реального уровня знаний и умений родителей;
- участия заинтересованных сторон (педагогов и родителей) в инициировании, обсуждении и принятии решений, касающихся содержания образовательных программ и его корректировки.

Основные формы обучения родителей: лекции, семинары, проекты, игры.

Совместная деятельность педагогов, родителей, детей

Определяющей целью разнообразной совместной деятельности в триаде «педагог-родители-дети» является удовлетворение не только базисных стремлений и потребностей ребенка, но и стремлений и потребностей родителей и педагогов.

Проектная деятельность.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ:

3.1. Описание оборудования в физкультурном зале. Перечень средств обучения в физкультурном зале.

Перечень средств обучения

№ п/п	Наименование	Количество
Спортивный зал		
1	Мяч большой	3
2	Мяч средний	10
3	Мяч массажный	15
4	Мяч футбольный	2
5	Обруч большой	5
6	Обруч малый	5
7	Скакалки	10
8	Гантели	5
9	Кегли	5
10	Канат	1
11	Палка гимнастическая	10
12	Ракетки и воланы для бадминтона	2
13	Льжи	6
14	Коврик гимнастический	10
15	Кольцеброс	4
16	Городки	4
17	Эспандер	1
18	Дорожка массажная	1
19	Мат	2
20	Полусферы	6
21	Модуль из автобима	5

3.2. Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

Цель: Удовлетворять биологическую потребность растущего организма ребёнка в двигательной деятельности, давать возможность ему ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

№	Направление работы	Содержание работы
1.	Обеспечение здорового образа жизни	- щадящий режим - организация микроклимата в жизни группы - профилактические, оздоровительные мероприятия
2.	Создание условий для физкультурно - оздоровительной работы	- планирование физкультурных занятий - разработка конспектов физ.занятий - планирование физ. мероприятий
3.	Укрепление здоровья детей средствами физической культуры	-проведение утренних гимнастик, бодрящих, корригирующих, пальчиковых, и т.д. - физ. занятия в разных формах, физ. досуги,

		<ul style="list-style-type: none"> спорт. праздники - подвижные игры - спортивные игры - индивидуальная работа по развитию движений - недели здоровья
4.	Мониторинг	-проведение диагностики физической подготовленности дошкольников
5.	Организация активного отдыха и самостоятельной двигательной деятельности детей	<ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры - самостоятельная деятельность на прогулке, в группах - динамические паузы - использование сезонных видов спорта
6.	Закаливание детского организма	<ul style="list-style-type: none"> - проветривание помещений - прогулки на свежем воздухе - соблюдение режима, структуры прогулки - гигиенические и водные процедуры - хождение босиком - гигиеническое мытьё ног - рациональная одежда детей на прогулках, в группе, на занятиях на свежем воздухе
7.	Работа с родителями	<ul style="list-style-type: none"> - день открытых дверей - родительские собрания - участие родителей в физкультурно- массовых мероприятиях детского сада - пропаганда ЗОЖ
8.	Медико - педагогический контроль	<ul style="list-style-type: none"> - проверка условий санитарно – гигиенического состояния мест проведения занятий и физкультурного оборудования - мониторинг за состоянием здоровья детей - рациональное питание
9.	Работа по охране жизни и здоровья детей	<ul style="list-style-type: none"> - создание условий для занятий - соблюдение ТБ и санитарно – гигиенических требований и норм при подготовке, проведении занятий - инструктаж

3.3. Учебный план.

Физкультурные занятия с детьми проводятся, начиная со средней группы. продолжительность занятий в средней группе – 20-25 минут, в старшей – 25-30 минут, в подготовительной – 30-35 минут.

Общее количество занятий

Средняя группа		Старшая группа				Подготовительная группа			
В неделю	В год	В неделю		В год		В неделю		В год	
Зал	Зал	Зал	Улица	Зал	Улица	Зал	Улица	Зал	Улица
2	72	1	1	36	36	1	1	36	36

3.4. Особенности организации физкультурных праздников и досугов.

Физкультурные праздники являются новой формой работы в средней группе. Специфической особенностью физкультурного праздника является то, что это – форма демонстрации достижений детей за определённый период времени, динамики их физической подготовленности.

Проводятся физкультурные праздники два раза в год зимой и летом. Продолжительность праздника – не более 30-40 минут.

Физкультурные досуги проводятся 1 раз в месяц. Продолжительность досуга – 20-25 минут. Физкультурные досуги проводятся во второй половине дня. Основное содержание составляют знакомые упражнения с элементом новизны, забавы, развлечения, доставляющие радость и удовольствие.

3.5. Методическое обеспечение.

1. Комплексная образовательная программа дошкольного образования «ДЕТСТВО»/ Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017. – 352 с.
2. Грядкина Т.С. Образовательная область «Физическое развитие». Как работать по программе «Детство»: Учебно-методическое пособие / ред.: А.Г. Гогоберидзе. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016. – 144 с. (Методический комплект программы «Детство».)
3. Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 492 с. – (Мир вашего ребёнка)
4. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.- 128 с.
5. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 112 с.
6. Вепрева И.И., Татарникова Г.М. Модель физкультурно-оздоровительного образования старших дошкольников: планирование, занятия, ресурсное обеспечение. – Волгоград: Учитель, 2016. – 128 с.