

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением  
Художественно – эстетического развития воспитанников № 45»

Рассмотрено и принято  
на педагогическом совете № 1  
От «31» 08.2022г.  
Протокол педагогического совета № 1\_\_\_\_  
от «31» 08. 2022г.

Утверждаю: \_\_\_\_\_/Стеблякова С.В./  
Заведующая МБДОУ № 45  
« 31» августа 2022г.

**«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»  
НА 2022-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Составила:  
инструктор по физической культуре  
Ковалева Вероника Юрьевна

Чита 2022 г.

# Содержание

## **1.Целевой раздел программы:**

### 1.1.Пояснительная записка:

#### 1.1.1.Цели и задачи педагогической работы

#### 1.1.1. Принципы и подходы к формированию программы

#### 1.1.3.Планируемые результаты освоения программы.

#### 1.3.Возрастные особенности детей от 3 до 7 лет

## **2. Содержательный раздел Программы**

### 2.1. Содержание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области: «Физическое развитие».

#### 2.1.1. Комплексно-тематическое планирование ОД по физической культуре во 2 младшей группе

#### 2.1.2. Комплексно-тематическое планирование ОД по физической культуре в средней группе

#### 2.1.3. Комплексно-тематическое планирование ОД по физической культуре в старшей группе

#### 2.1.4.Комплексно-тематическое планирование ОД по физической культуре в подготовительной группе

## **3. Организационный раздел программы**

### 3.1. Показатели физической подготовленности

#### 3.1.1. Описание материально - технического обеспечения

#### 3.1.2.Организация двигательного режима

#### 3.1.3. Особенности организации РППС (нетрадиционное оборудование)

#### 3.1.4. Учебно – методическая и информационное обеспечение программы

# 1. Целевой раздел программы

## 1.1. Пояснительная записка.

Реализуемая программа строится на принципе личностно–развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

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

Физическое воспитание является важнейшей частью системы воспитания человека – это система мероприятий направлена на развитие растущего организма. В совершенствовании системы по физическому воспитанию детей является включение физической культуры, специально организованный педагогический процесс.

Дошкольный возраст – важный период формирования человеческой личности. Именно в детском возрасте формируются основы физического и психического здоровья детей. В общей системе образования и воспитания физическое развитие детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Организационными формами работы по физической культуре в дошкольной образовательной организации являются: физкультурные занятия; физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, физкультминутки, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями); активный отдых (физкультурные досуги, спортивные праздники, Дни здоровья, туристические походы); самостоятельная двигательная деятельность детей; работа с семьей. Самостоятельная двигательная деятельность детей дошкольного возраста протекает под наблюдением педагога.

Период дошкольного детства — наиболее важный в становлении двигательных функций ребенка, особенно его физических качеств. Поэтому необходима система контроля физического развития, физической подготовленности и работоспособности детей. В процессе физического воспитания дошкольника следует создавать такие условия, в которых его физические возможности раскроются полностью. Этому может способствовать индивидуальный подход к детям, критерии его — состояние здоровья, уровни физической подготовленности и двигательной активности.

Одним из важных вопросов улучшения физического воспитания является поиск эффективных средств и методов, с помощью которых достигается гармоничное развитие детского организма. Важным и существенным является то, что в настоящее время созданы основные правовые условия для разнообразия форм, содержания и методов работы с детьми. С повышением внимания к

развитию личности ребенка связывается возможность обновления и качественного улучшения системы дошкольного физического воспитания.

Игра для ребенка – является основным видом деятельности. Она выступает и как форма организации жизни детей в дошкольном учреждении, и как средство их разностороннего развития, и как метод обучения. Игре придается большое значение в социальном становлении личности ребенка, а игровые навыки рассматриваются как один из показателей его общего развития. Это комфортное проживание детства. Без игры нет детства вообще. Играя, ребенок переживает громадную радость. В игре ребенок проявляет свои мысли, чувства, желания, свою самостоятельность, творческие способности, фантазию. Ребенок должен уметь играть! Игра стимулирует творческие проявления ребёнка, будит фантазию. Творчество обогащает личность, жизнь ребенка становится более интересной и содержательной.

Игра – один из тех видов детской деятельности, которые используются взрослыми в целях воспитания дошкольников, обучения их различным действиям с предметами, способам и средствам общения.

Игровые занятия – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Именно игра способствует достижению высокой мотивации к двигательной активности у дошкольников.

Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики, являются неотъемлемой частью физического воспитания дошкольника

### **1.1.1. Цели и задачи педагогической работы**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлена на достижения целей формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие детей дошкольного возраста.

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы**

**Принципы и подходы** к формированию программы определяются на основе примерной программы. Они могут быть дополнены в соответствии с принципами выбранных парциальных программ.

**Возрастной подход.** Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

**Личностный подход.** Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Выделяют следующие принципы:

*Принцип оздоровительной направленности*, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

- *Принцип разностороннего и гармоничного развития личности*, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

- *Принцип гуманизации и демократизации*, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе

личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

- *Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений*.

- *Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха*, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

- *Принцип единства с семьей*, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

### 1.1.3. Планируемые результаты освоения программы

Конечным результатом освоения Образовательной программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

**Физические качества:** ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни

**Общие показатели физического развития.**

**Совершенствование основных физических качеств и потребности в двигательной активности.**

- Двигательные умения и навыки.
- Двигательно-экспрессивные способности и навыки.
- Навыки здорового образа жизни.

**Планируемые результаты:**

**Вторая младшая группа:**

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Знакомство начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Развитие физических качеств (ловкости, гибкости, выносливости).
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей.

**Средняя группа:**

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Старшая группа:**

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;

- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

#### **Подготовительная группа:**

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

### **1.3. Возрастные особенности детей от 3 до 7 лет**

У ребенка с 3 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества.

Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему.

За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки.

За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным.

Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2 - 2,5 кг. К 6 - 7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка.

Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка.

Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 - 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S - образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь.

В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 - 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается станочная сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 - 34 кг по сравнению с 15 - 17 кг в 3 - 4 года.

Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный

тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечно-сосудистой, эндокринной, опорно-двигательной.

Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела.

На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;
- стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;
- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечнофасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.

К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени - это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость).

Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.

Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики.

У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества):

- сохраняет статическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги);
- подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);
- прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесие;
- бегаёт свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанцию 30 м, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;
- бросает теннисный мяч или любой маленький мяч, снежок, мешочек и прочее удобной рукой на 5-8 метров;
- хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений.

Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

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

Причём, в каждом возрастном периоде непосредственно образовательная деятельность имеют разную направленность:

- Маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приёмам элементарной страховки
- В среднем возрасте - развить физические качества (прежде всего выносливость и силу)
- В старших группах - сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.

Поэтому мы пытаемся использовать разнообразные варианты:

1. Образовательная деятельность, состоящая из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности.
2. Ритмическая гимнастика.
3. Соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.
4. Сюжетно-игровая непосредственно образовательная деятельность.
5. Различные виды непосредственно образовательной деятельности (использование тренажеров и спортивных комплексов и другие).

#### **Цель:**

Формирование у детей физических способностей и качеств, обеспечивающих оптимальные условия для перехода на новый уровень работы по физическому развитию, с учетом их индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающих охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни

#### **Задачи:**

1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.
2. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами, используя игровое пособие «Умная палатка».
3. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту через реализацию проекта «Календарь спортивных дат».
4. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью, через реализацию плана по ГТО.
5. Обеспечение физического и психического благополучия детей и родителей через работу родительского клуба «Зоркие глаза»

Данная программа рассчитана на один учебный год.

#### **Ожидаемые результаты**

Конечным результатом освоения программы является:

- ребенок физически развитый, овладевший умением точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.



### **Планируемые результаты**

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

#### **Продолжительность ОД:**

2-я младшая группа: 3 раза в неделю по 15 мин.(45 минут в неделю)

Средняя группа: 3 раза в неделю по 20 мин. (60 минут в неделю)

Старшая группа: 3 раза в неделю по 25 мин. (75 минут в неделю)

Подготовительная группа: 3 раза в неделю по 30 мин (90 минут в неделю)

Комплексно-тематическое планирование ОД по физической культуре во 2 младшей группе

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					
ТЕМЫ Этапы ОД	1-я неделя Моя группа	2-я неделя Мои друзья- дорожные знаки	3-я неделя Осень	4-я неделя Откуда хлеб пришёл	Интеграция образовательных областей
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на 2х ногах, может бросать мяч руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.</p>					<p>Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; <b>Социализация</b> Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.</p>
Вводная часть	<p>Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за инструктором, ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором. Познакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, на носках, пятках, в колонне по одному, с высоким подниманием колен</p>				
ОРУ	Без предметов	С кубиками	С листочками	Без предметов	
Основные виды движений	<p>1. Бег по залу врассыпную, убегая от догоняющего. 2. Ходьба обычная. 3. Ходьба прямо: - с опорой на ладони и стопы, повернутые внутрь; - на двух ногах, повернув стопы внутрь, руки на поясе.</p>	<p>1. Ползание. Выполнение: - проползти на четвереньках по скамейке; - сойти с нее, выпрямиться и помахать листочком, лежащим возле скамейки; - проползти обратно на четвереньках по полу 2-3 м. 2. Перелезание через модуль («бревнышко»). Выполнение:</p>	<p>1. Ползание на четвереньках по прямой 3-4 м. фронтальный способ) 2-3 раза 2. «Прыжки через канавку» (из шнуров на полу выложена «канавка» шириной 10-15 см; можно использовать дорожку из ткани; фронтальный способ 4-5 раз).</p>	<p>1. Бег по залу врассыпную, убегая от догоняющего. 2. Ходьба обычная за инструктором по залу. Ходьба прямо: - с опорой на ладони и стопы, повернутые внутрь; - на двух ногах, повернув стопы внутрь, руки на поясе.</p>	

		- подойти на носках к модулю; перелезть через него.			Коммуникация: <i>поощрять</i> речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня <i>Познание:</i> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения
<b>Подвижные игры</b>	«Догонялки с лисой».	«Солнышко и дождик»	«Догони меня»	«Догонялки с лисой».	
<b>Заключительная часть</b>	Игра малой подвижности «Мы в лесу гуляли»	Игра малой подвижности «Через ручеек».	Игра малой подвижности «Поезд»	Игра малой подвижности «Овощи».	

### ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					
ТЕМЫ Этапы ОД	1-я неделя Овощи, огород	2-я неделя Фрукты. Ягоды. Сад	3-я неделя Огонь-друг. Огонь-враг.	4-я неделя Моя семья.	Интеграция образовательных областей
Планируемые результаты развития интегративных качеств уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч 2 мя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.					<b>Здоровье:</b> проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
<b>ОРУ</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С малым мячом</b>	<b>Без предметов</b>	<b>Без предметов</b>	

<p><b>Основные виды движений</b></p>	<p>1. Бег по залу врассыпную, убегая от догоняющего. 2. Ходьба обычная за инструктором по залу. Ходьба прямо: - с опорой на ладони и стопы, повернутые внутрь; - на двух ногах, повернув стопы внутрь, руки на поясе.</p>	<p>1. Катание мяча друг другу, сидя на полу на расстоянии 1,5-2 м. 2. Прокатывание мяча с горки и бег за ним</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, удерживая равновесие; 2. Прыжки на 2 ногах через гимнастические палки; 3. Подлазание в обруч</p>	<p>1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 2. Лазанье по гимнастической лестнице произвольным способом.</p>	<p>физических. упражнений и игр; <b>Социализация:</b> Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам</p>
<p><b>Подвижные игры</b></p>	<p>«Догонялки с лисой».</p>	<p>Подвижная игра «Мыши в кладовой».</p>	<p>«Огоньки и вода»</p>	<p>Подвижная игра «Поймай пчелку»</p>	<p><b>Безопасность:</b></p>
<p><b>Заключительная часть</b></p>	<p>Ходьба по оздоровительным дорожкам.</p>	<p>Хороводная игра «Мы в лесу гуляли».</p>	<p>Загадки</p>	<p>«Пчелка мешает медвежатам» (игра лицевых мускулов).</p>	<p>формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. <b>Коммуникация:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня <b>Познание:</b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p>

## НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя	2-я неделя Птицы	3-я неделя Одежда и обувь	4-я неделя На зимней дороге Зима время года Посуда Зимующие птицы	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p>					<p><b>Физическая культура:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
<b>ОРУ</b>	<b>С кубиками</b>	<b>С малым мячом</b>	<b>С мячами</b>	<b>с малым мячом</b>	<p><b>Здоровье:</b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><b>Социализация:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p> <p><b>Коммуникация:</b> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
<b>Основные виды движений</b>	1. проползти на четвереньках по скамейке; -сойти с нее, выпрямиться и помахать листочком, лежащим возле скамейки; -проползти обратно на четвереньках по полу 2-3 м. 2. Перелезание через модуль («бревнышко»). - подойти на носках к модулю; перелезть через него.	1. Катание мяча и прямого направления, толкая его двумя руками. 2. Подлазание под шнур в приседе, не касаясь руками пола.	1. Прокатывание мячей двумя руками 2. Бросание мяча вперед снизу	1 Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги. Ходьба по бревну приставным шагом 2.Прокатывание мяча через ворота	
<b>Подвижные игры</b>	«Солнышко и дождик»	«Зайцы и волк»	«Найди свое место»	«Цветные автомобили»	
<b>Заключительная часть</b>	Упражнение «Через ручеек».	Упражнение «Между шнурами»	Ходьба по «дорожке здоровья»	Игра «Части тела» педагогика Орфа	

**ДЕКАБРЬ**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя Зимующие птицы	2-я неделя Столица нашей родины-Москва	3-я неделя Зима время года Зимние забавы	4-я неделя Новый год. Пусть елка новогодняя нам радость принесет	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.</p>					<p><b>Физическая культура:</b> упражнять в ходьбе и беге по кругу, враспынную, в катании мяча, в подлезании под препятствие. <b>Здоровье:</b> дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физических упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. <b>Социализация:</b> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь. <b>Безопасность:</b> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду. <b>Коммуникация:</b> развивать диалогическую форму речи</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег враспынную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Без предметов	Без предметов стоя в обруче	С погремушками	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ползание на четвереньках под дугами.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед</p>	<p>1. ходьба парами</p> <p>2. Подлезать под дугой.</p> <p>3. катание мяча в парах</p>	<p>1. катание обруча вперед</p> <p>2. прыжки в длину с места подряд через 3 шнура, лежащие на расстоянии 1 м один от другого.</p> <p>3. спрыгивание с высоты 10-15 см, а затем прыжки с продвижением назад</p>	<p>1. Ползание под дугой на четвереньках</p> <p>2. Прыжки через набивные мячи</p> <p>3. Прокатывание мяча друг другу, через ворота</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Волшебные елочки»	«Зайцы и медведь»	«Вороны и собаки»	«Мыши и кот»,	
<b>Заключительная часть</b>	Ходьба по рефлекторным дорожкам	Спокойная ходьба по залу	Ходьба с заданиями	«Каравай»	

## ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя	2-я неделя Праздничный город	3-я неделя Домашние птицы, дикие животные	4-я неделя Транспорт Профессии на транспорте Мебель. Жилище бурят	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физ.упр., проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.</p>					<p><b>Физическая культура:</b> упражнять в ходьбе и беге по кругу, враспынную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p><b>Здоровье:</b> дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p><b>Социализация:</b> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p><b>Безопасность:</b> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p> <p><b>Коммуникация:</b> развивать диалогическую форму речи</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>		С бумажными снежками	без предметов, стоя в обруче	С лентой	
<b>Основные виды движений</b>		1. Катание мячей друг другу под натянутый шнур из и.п. сидя. 2. Ходьба по наклонной доске. 3. Перелезание через цилиндрический мягкий модуль с последующими прыжками через 5-6 линий.	1.катание обруча вперед 2.Прыжки в длину с места подряд через 3 шнура, лежащие на расстоянии 1 м один от другого. 3.Спрыгивание с высоты 10-15 см, а затем прыжки с продвижением назад	1. Прыжки боком через шнуры. 2. Запрыгивание на плоский предмет с последующим бросанием мяча в горизонтальную цель удобным способом.	
<b>Подвижные игры</b>		«Лошадки»	«Вороны и собаки»	«Бросай - догоняй»	
<b>Заключительная часть</b>		Релаксация «Снежинки»	Пальчиковая гимнастика «Лошадки»	Пальчиковая гимнастика «Мебельный магазин»	

--	--	--	--	--	--

## ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя Транспорт	2-я неделя Профессии	3-я неделя Животные	4-я неделя жарких стран	
Этапы ОД	1-я неделя Транспорт	2-я неделя Профессии	3-я неделя Животные	4-я неделя жарких стран	Наша Армия
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой</p>					<p><b>Физическая культура:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p><b>Здоровье:</b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><b>Социализация:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки</p>
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
ОРУ	С кольцом	Со шнуром	С платочками	Без предметов	
Основные виды движений	1. Подлезание под шнур на четвереньках с последующим бросанием мяча в горизонтальную цель (обруч) двумя руками снизу. 2. Бросание мяча друг другу	1. Прыжки боком через шнуры. 2. Запрыгивание на плоский предмет с последующим бросанием мяча в горизонтальную цель удобным способом.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	Ходьба по доске, руки в стороны Ходьба по кирпичикам, расположенным на расстоянии 20 см. друг от друга Проползти, не касаясь руками пола.	
Подвижные игры	«Троллейбус»	«Бросай - догоняй»	«Воробышки и автомобиль»	«Самолёты»	



<b>Заключительная часть</b>	Игра малой подвижности «Машина катится с горки»	Спокойная ходьба по залу с мешочком на ладони вытянутой вперед руки.	«Лошадки»	Спокойная ходьба по залу	лазанья, ползания; игры с мячами. <b>Коммуникация:</b> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом
-----------------------------	-------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------	-----------	--------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя Мамин праздник	2-я неделя Весна	3-я неделя Бытовые приборы	4-я неделя Профессии	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения</p>					<p><b>Физическая культура:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
<b>ОРУ</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С кубиками</b>	<b>С обручем</b>	<b>С флажками</b>	<p><b>Здоровье:</b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <b>Социализация:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических</p>
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по канату боком 3. Ползание в туннеле 4. Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его	1. Ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	1. Ходьба по ограниченной поверхности 2. Перебрасывание мяча через шнур 3. Лазание по гимнастической стенке	1. Ходьба по канату приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Пролезание в обруч	
<b>Подвижные игры</b>	«У медведя во бору»	«Лохматый пес»	«Мыши в кладовой»	«Воробушки и автомобиль»	

<b>Заключительная часть</b>	Дыхательные упражнения «Пчелки»	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	Пальчиковая гимнастика «Семья»	упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <b>Коммуникация:</b> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом
-----------------------------	---------------------------------	---------------------------------------	---------------------	--------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя Комнатные растения	2-я неделя Космос	3-я неделя Герб.Флаг.Гимн	4-я неделя Огонь и дым	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству</p>					<p><b>Физическая культура:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем. <b>Здоровье:</b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <b>Социализация:</b> развивать самостоятельность и творчество при</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег в рассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; учить работать вместе при игре с парашютом				
<b>ОРУ</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С обручем</b>	<b>С кубиками</b>	<b>С платочками</b>	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	1. Пролезть через туннель. 2. Прыжки с кочки на кочку. 3. Пройдите по узенькой дорожке	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки на мат приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами	1. Ходьба по лестнице положенной на пол мяча в ворота. 2. Прокатывание мяча в ворота. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	

			.4. Перебрасывание мяча друг другу		выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.
<b>Подвижные игры</b>	«Солнышко и дождик»	«Поймай воздушный шар»	«Светофор автомобиля» и	«У медведя во бору»	развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.
<b>Заключительная часть</b>	«Кто ушел»	Динамические упражнения «Слушай, что нужно делать»	«Парашиют» Дует, дует ветерок	Дыхательные упражнения «Пчелки»	<b>Коммуникация:</b> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом

## МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя Наш край- Забайкалье. Наш город- Чита	2-я неделя Наш День великой победы	3-я неделя Страна Светофория	4-я неделя Лето. Насекомые Цветы.	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим					<b>Физическая культура:</b> закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, в рассыпную, с перешагиванием через предметы; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его; ползать на четвереньках по прямой, лазать по лесенке-стремянке, развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Активность. <b>Здоровье:</b> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей, формировать желание вести здоровый образ жизни. <b>Социализация:</b> развивать
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				
<b>ОРУ</b>	На больших мячах	С мячами	С палками	С малым мячом	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание малого мяча. 4. Ходьба по лесенке, положенной на пол	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (боком) руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прокатывание мяча в ворота	1 Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по наклонной доске 3. Ползание в туннеле 4. Метание мешочков вдаль	

<b>Подвижные игры</b>	«Светофор автомобиля»	и «Мыши в кладовой»	«Поймай комара»	«У медведя во бору»	<p>активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика.</p> <p><b><u>Коммуникация:</u></b> развивать диалогическую форму речи.</p> <p><b><u>Безопасность:</u></b> не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека</p>
<b>Заключительная часть</b>	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	«Релаксация» лесу»	«В Дыхательные упражнения «Пчелки»	

Комплексно-тематическое планирование ОД по физической культуре в средней группе

СЕНТЯБРЬ

ТЕМЫ Этапы ОД	1-я неделя Моя группа	2-я неделя Мои друзья- дорожные знаки	3-я неделя Осень	4-я неделя Откуда пришёл хлеб	Интеграция образовательных областей
	<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается, соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижных играх «Мышонок» и «У кого мяч», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.</p>				<p>Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; <b>Социализация</b>: Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам <b>Безопасность</b>: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. Коммуникация: <b>поощрять</b> речевую активность детей в</p>
<b>Вводная часть</b>	<p>Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена</p>				
<b>ОРУ</b>			<b>Ору с листьями</b>	<b>Без предметов</b>	
<b>Основные виды движений</b>			<p>1. Ходьба по доске до корзины с муляжами овощей. Взяв муляж обратно пройти по доске. 2. Бег в колонне по узким дорожкам</p>	<p>1. Прыжки через гимнастические палки с ноги на ногу с продвижением вперед. 2. Эстафета: ползание на четвереньках «змейкой» между перекладинами</p>	
<b>Подвижные игры</b>			«Огуречники, огурчики»	«Огуречники, огурчики»	
<b>Заключительная часть</b>			Игра малой интенсивности «Ветка, листья, корни, ствол»	Русская народная я игра «Змейка»	

					процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня
<b>СОДЕРЖАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>					
					<b>Познание:</b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения

### ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я Неделя Овощи огород	2-я неделя Фрукты.Ягоды.Сад	3-я неделя Огонь-друг. Огонь-враг	4-я неделя Моя семья	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров»</p>					<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.</p> <p><b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.</p> <p><b>Познание:</b> развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.</p> <p><b>Музыка:</b> разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках				
<b>ОРУ</b>	<b>Без предметов</b>	<b>Без предметов</b>	<b>Со скакалками</b>	<b>Без предметов</b>	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть. 2. Прыжки на двух ногах до предмета.. 3. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше	1.Ходьба по гимнастической скамье, высоко поднимая колени, руки на поясе. 2 .Перешагивание через препятствия 3.Подлазание под дугой	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях. 3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой	1.Ходьба по гимнастической скамье, 2. Перешагивать через препятствия 3.Подлазание под дугой	
<b>Подвижные</b>	«Кот и мыши»	«Лиса и зайцы»	«Огонь в очаге»	«ЛИСА И ЗАЙЦЫ»	

игры					игры.
Заключительная часть	«Мыши за котом».	Упражнение релаксацию	на	«Малоподвижная игра «ОГОНЬ-ВОДА»	УПРАЖНЕНИЕ РЕЛАКСАЦИЮ НА
					игр. <b>Труд:</b> учить готовить инвентарь перед началом проведения ОД и игр

## НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя	2-я неделя Птицы	3-я неделя Одежда и обувь	4-я неделя На зимней дороге Посуда	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд - назад, вверх-вниз</p>
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал				
ОРУ	С канатом	Со скакалками	С мячом	со скакалками	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамье.</p> <p>2. Ползание между двумя шнурами на коленях и предплечьях.</p> <p>3. Перешагивание через набивные мячи, руки за головой.</p>	<p>1. Бег под вращающейся скакалкой.</p> <p>2. Подняться бегом по гимнастической скамейке, установленной под углом к гимнастической стенке.</p> <p>3. Лазание по гимнастической лестнице..</p>	<p>1. подбрасывание и ловля мяча</p> <p>2. забрасывание мяча в корзину</p> <p>3. прыжки с ноги на ногу с продвижением вперёд</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.</p>	

				4. Прыжки на двух ногах до кубика	
<b>Подвижные игры</b>	«Космические ловишки».	«Вороны воробьи»	«Хитрая лиса»	«Цветные автомобили»	
<b>Заключительная часть</b>	Малоподвижная игра «По местам!»	«Летает - не летает»	Релаксация под музыку	«Альпинисты». Ходьба вверх и вниз («в гору и с горы») загадки по пдд	

### ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя Зимующие птицы	2-я неделя Столица нашей родины-Москва	3-я неделя Зима время года Зимние забавы	4-я неделя Пусть елка новогодняя нам радость принесет Новый год.	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям</p>					<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой.</p> <p><b>Коммуникация:</b> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.</p> <p><b>Безопасность:</b> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными в рассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне				
<b>ОРУ</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С малым мячом</b>	<b>Со снежинками</b>	<b>С султанчиками</b>	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1 Прыжки через 2-3 бруска (поочередно через каждый, высота 5 – 10 см).</p> <p>2. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза вперёд).</p>	<p>1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу.</p> <p>2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей</p>	<p>1. Ходьба по скамейке со снежинками - сохранять равновесие, осанку</p> <p>2. Подлезают под дугу. Прыжки на двух ногах через обручи.</p> <p>3. Ходьба между кубиками, змейкой. Ходьба по дорожке со следами</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке (на середине сделать поворот кругом).</p> <p>2. Перепрыгивание через кубики на двух ногах.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы высотой</p>	



				25см от пола. 4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу). 5. Спрыгивание с гимнастической скамейки	повышенной опоре. <b>Социализация:</b> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками
<b>Подвижные игры</b>	«Кто дальше бросит»	«Цветные автомобили»	«У медведя во бору»	«Котята и щенята»	
<b>Заключительная часть</b>	Спокойная ходьба по залу.	«Тише, мыши...».	Игра малой подвижности «Медведь».	«Не боюсь»	

### ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя	2-я неделя Праздничный огород	3-я неделя Домашние птицы, дикие животные	4-я неделя Мебель. Жилище бурят Транспорт. Профессии на транспорте	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх					<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности. <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. <b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. <b>Социализация:</b> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>		Без предметов	С гантелями	С лентой	
<b>Основные виды движений</b>		1 Ходьба по наклонной доске с поворотом кругом и бег с нее. 2. Прыжки на месте на правой и левой ноге. 3. Катание обруча в произвольном направлении с последующими прыжками в обруче.	1. Бросание мяча: вверх и ловля его; о землю и ловля его после отскока. 2. Прыжок в глубину с предмета 3. ползание по скамейке на «четвереньках»	1. Проползание по гимнастической скамейке на коленях до конца и спрыгивание с нее в обруч. 2. Бросание мяча: - вверх с ловлей его; - об пол с ловлей его после отскока. 3. <i>Подвижная игра</i> «Кто	

				больше снимет лент»	интересами товарищей.
<b>Подвижные игры</b>		«Эстафета»	«белки»	«Бездомный заяц»	<b>Познание:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.
<b>Заключительная часть</b>		Ходьба в колонне по одному в обход зала.	Релаксация «лентяи»	Пальчиковая гимнастика «Много мебели в квартире»	<b>Музыка:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки

### ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя Транспорт. Профессии на транспорте	2-я неделя Животные севера	3-я неделя Животные жарких стран	4-я неделя Наша Армия	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения ОД и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры					<b>Здоровье:</b> учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании. <b>Труд:</b> учить самостоятельно готовить и убирать место проведения ОД и игр. <b>Социализация:</b> формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр. <b>Познание:</b> учить определять положение предметов в
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег враспынную с остановкой, перестроение в звенья				
<b>ОРУ</b>	<b>ОРУ (без предметов с использованием упражнений игрового стретчинга).</b>	<b>С мячом</b>	<b>С гантелями</b>	<b>Без предметов</b>	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки вверх на двух ногах с 3-4 шагов. 2. Прыжки с ноги на ногу в чередовании с ходьбой. 3. Ползание по гимнастической скамейке с	1. Ходьба по наклонной доске с последующей ходьбой по гимнастической скамейке с различным положением рук.	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени.	Эстафета: прыжки в длину с места; 2. Ползание по гимнастической	

	опорой на ладони и колени и прыгивание с нее в конце.	2. Прыжки вверх на двух ногах с 3-4 шагов. 3. Полоса препятствий «С льдины на льдину»: прыжки с ноги на ногу по «следам».	3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см). 4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м)	скамейке, подтягиваясь руками, с последующей ходьбой приставным шагом вперед, в сторону.	пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, сверху-внизу
<b>Подвижные игры</b>	<i>Подвижная игра «У кого меньше мячей».</i>	«Белые медведи»	«Перелёт птиц»	Игра-соревнование «Хоккеисты»:	
<b>Заключительная часть</b>	Игра малой интенсивности «Необычный художник».	Игра-фантазия «Мы - белые медведи».	«Ножки мёрзнут».	Игра малой интенсивности «Угадай, кто позвал?»	

### МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя Мамин праздник	2-я неделя Весна	3-я неделя Бытовые приборы	4-я неделя Профессии	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы»					<b>Здоровье:</b> формировать навык оказания первой помощи при травме. <b>Безопасность:</b> учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три				
<b>ОРУ</b>	<b>С обручем</b>	<b>С малым мячом</b>	<b>С флажками</b>	<b>С лентами</b>	

<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Перебрасывание мешочков через шнур. 3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами). 4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь)	1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м). 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Прокатывание мячей между предметами. 4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине	1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку. 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны. 3. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию. 4. Лазание по гимнастической стенке с продвижением вправо, спуск вниз. 5. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе. 6. Прыжки на двух ногах через шнуры	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Перешагивание через набивные мячи. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч. 4. Прыжки на двух ногах через кубики	места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске. <b>Коммуникация:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры. <b>Познание:</b> рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор
<b>Подвижные игры</b>	«Бездомный заяц»	«Подарки»	«Охотники и зайцы»	«Наседка и цыплята»	
<b>Заключительная часть</b>	«Замри». Ходьба в колонне по одному с остановкой на счёт «четыре»	«Эхо»	«Найди зайца»	«Возьми флажок»	

## АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя Комнатные растения	2-я неделя Космос	3-я неделя Герб.Флаг.Гимн	4-я неделя Огонь и дым	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз					<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений по методике К. Бутейко.
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; в рассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; в рассыпную между предметами, не задевая их				<b>Безопасность:</b> учить правилам безопасности при

<b>ОРУ</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С флажками</b>	<b>С косичкой</b>	<b>Без предметов</b>	метании предметов разными способами в цель. <b>Музыка:</b> вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики. <b>Чтение:</b> подобрать стихи на тему «Журавли летят» и «Весёлые лягушата», учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз	1. бег по гимнастической скамейке 2. бег в паре в обруче 3. лазанье вверх на гимнастическую стенку	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками	
<b>Подвижные игры</b>	«Совушка»	«Космонавты»	«Птички и кошки»	«Котята и щенята»	
<b>Заключительная часть</b>	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений	Ходьба змейкой по залу Ходьба в рассыпную Легкий бег	«Угадай по голосу»	«Весёлые лягушата». Танцевальные упражнения в сочетании с упражнениями ритмической гимнастики	

## МАЙ

<b>Содержание организованной образовательной деятельности</b>					<b>Интеграция образовательных областей</b>
<b>Темы</b> <b>Этапы</b> <b>ОД</b>	<b>1-я неделя</b> Наш край-Забайкалье. Наш город- Чита	<b>2-я неделя</b> День великой победы	<b>3-я неделя</b> Страна Светофория	<b>4-я неделя</b> Лето. Цветы. Насекомые	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде					<b>Здоровье:</b> учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы. <b>Безопасность:</b> учит ь соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»				

ОРУ	С кубиками	С обручем	С гимнастической палкой	Без предметов	стенке различными способами.
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте. 2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2–3 м). 3. Метание правой и левой рукой на дальность	1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков. 3. Прыжки через скакалку. 4. Подвижная игра «Удочка»	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше. 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3. Игровое задание «Один – двое». 4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока	<u><b>Социализация:</b></u> Формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды. <u><b>Коммуникация:</b></u> формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры
<b>Подвижные игры</b>	«Котята и щенята»	«Зайцы и волк»	«Подарки»	«У медведя во бору»	
<b>Заключительная часть</b>	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	«Найти Мишу»	

### Комплексно-тематическое планирование ОД по физической культуре в старшей группе

#### СЕНТЯБРЬ

ТЕМЫ Этапы ОД	1-я неделя Моя группа	2-я неделя Мои друзья- дорожные знаки	3-я неделя Осень	4-я неделя Откуда хлеб пришёл	Интеграция образовательных областей
Планируемые результаты развития интегративных качеств: Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижных играх «Мышонок» и «У кого мяч», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.					Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью

<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена			<p>рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр;</p> <p><b>Социализация</b>: Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам</p> <p><b>Безопасность</b>: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.</p> <p>Коммуникация: <b>поощрять</b> речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня</p> <p><b>Познание</b>: формировать навык ориентировки в пространстве при</p>
<b>ОРУ</b>			<p><b>Без предметов</b></p> <p><b>без предметов</b></p>	
<b>Основные виды движений</b>			<p>1. Эстафета: ползание на четвереньках в прямом направлении до кубикаориентира, толкая головой медбол; - обратно бег с мед- болем в руках.</p> <p>2. Эстафета: ползание на четвереньках «змейкой» между медболами;</p>	
<b>Подвижные игры</b>			<p>Русская народная подвижная игра «Змейка».</p> <p>«Ловишка-перебежка».</p>	
<b>Заключительная часть</b>			<p>« Море волнуется»</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Засолка капусты»</p>	

					перестроениях, смене направления движения
--	--	--	--	--	-------------------------------------------

### ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Этапы ОД	Овощи, огород	Фрукты. Ягоды. Сад	Огонь-друг Огонь-враг	Моя семья	<b>Здоровье:</b> проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух).
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.					<b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				<b>Коммуникация</b> обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом на гимнастической скамье	С гимнастической папкой	Без предметов	<b>Труд:</b> учить следить за чистотой спортивного инвентаря <b>Познание:</b> развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине,
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Переползание через препятствие 3. Метание горизонтальную цель правой и левой рукой.	1. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Эстафета: «змейкой» между кубиками; - «змейкой» между кубиками. 3. Эстафета: - ползание на четвереньках в прямом направлении, толкая головой медбол, обратно бег с мячом в руках.	1. Прыжки через гимнастические палки на ногу с продвижением вперед. 2. Эстафета: ползание на четвереньках «змейкой» между перекладинами лестницы поставленных на бок на расстоянии 1 м одна от другой; 3. Эстафета: - ползание на четвереньках под тремя дугами, толкая	1. эстафета «Прыжки с мячом». 2. Эстафета: прыжки на одной ноге до веревки (шнура) или линии пластмассовым цилиндром в руке; - положить цилиндр как часть фигуры; - бег обратно.	



			головой медбол; -обратно переступание через дуги с медболом в руках.		расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи.
<b>Подвижные игры</b>	«Огород»	«Удочка»	Эстафета «Пожар»	«Ловишка- перебежка».	<b>Музыка:</b> вводить элементы ритмической гимнастик; проводить игры и упражнения под музыку
<b>Заключительная часть</b>	«Эхо»	Ходьба парами - с принятием по сигналу определенного положения в паре; перекатом с пятки на носок.	Пальчиковая гимнастика «Дружба»	Пальчиковая гимнастика «Дружная семейка»	

## НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы ОД</b>		Птицы	Одежда и обувь	На зимней дороге Посуда	<b>Здоровье:</b> рассказывать о
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b>	владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение				пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег в рассыпную, с остановкой на сигнал				
<b>ОРУ</b>	С мячом и с использованием гимна. скамьи	В парах	Без предметов	с мячом	<b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.
<b>Основные виды движений</b>	1.Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2.Эстафета: - катание мяча «змейкой» между кубиками; - обратно бег с мячом в руках между кубиками.	Ходьба по скамейке Прыжки из обруча в обруч. Лазанье на низких четвереньках через тоннель	1 Ползание по скамейке на животе и на спине, подтягиваясь руками 2 катание мяча «змейкой» между предметами; 3 Эстафета «Передал - садись»:	эстафеты на фитболах	<b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу,

	3 Эстафета: - ползание на четвереньках в прямом направлении, толкая головой медбол,				колонну, бега врассыпную. <b>Познание:</b> ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз)
<b>Подвижные игры</b>	«Удочка».	«Воробушки»	«Пятнашки».	«Пятнашки с фитболом»	
<b>Заключительная часть</b>	Психогимнастика «Улыбка»	Ходьба по оздоровительным дорожкам	Упражнения на равновесие	на «Игра съедобное-не съедобное»	<b>Труд:</b> Следить за опрятностью своей физической формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование

### ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы ОД	Темы	1-я неделя Зимующие птицы	2-я неделя Столица нашей родины- Москва	3-я неделя Зима время года Зимние забавы	4-я неделя Пусть новогодняя радость принесет Новый год.
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям</p>					<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения				<p><b>Социализация:</b> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками</p>
<b>ОРУ</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С мячом</b>	<b>С кубиком</b>	<b>С султанчиками под музыку</b>	<p><b>Коммуникация:</b> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.</p> <p><b>Безопасность:</b> учить технике безопасного выполнения</p>
<b>Основные виды движений</b>	1. ходьба по гимнастической скамейке боком, перешагивая через набивные мячи 2. Прокатывание мяча по прямой	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе,	1. Велотренажер 2. Беговая дорожка 3. С медболом	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатом мяча по талии 2. Прыжки с разбега на мат	

	3. Эстафета «Кто быстрее перенесет предмет»	подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5-6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет		3. Метание вдаль 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка)	прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. <b>Труд:</b> Следить за опрятностью своей физической формы и причёски, убирать физкультурный инвентарь и оборудование
<b>Подвижные игры</b>	«Заморозки»	«Охотники и зайцы»	«Колдуны»	«Эстафета рюкзачком»	
<b>Заключительная часть</b>	Упражнение логоритмики «На санках»	«Летает- не летает».	Игровое упражнение для формирования правильной осанки «Не расплескай воду».	«Подарки»	

## ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы ОД	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
			Праздничный город	Домашние птицы, дикие животные	Мебель. Жилище бурят
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p>					<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p> <p><b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.</p> <p><b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.</p> <p><b>Социализация:</b> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег				
<b>ОРУ</b>	<b>С мячом</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С мешочком</b>		<b>С малым мячом</b>
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками. 3. Попади в обруч (правой и левой)	1. ползание на четвереньках животом вверх спиной вперед по ступни и ладони 2. катание медбола	1. Эстафета: прыжки через 5-6 последовательно лежащих скакалок (косичек); бросок мешочка правой (левой) рукой снизу в корзину, стоящую на расстоянии 2 м от		1. Отбивание мяча от пола двумя руками, стоя на месте 2. Отбивание мяча от пола поочередно правой и левой рукой несколько раз подряд.

	4. Ходьба по различным гимнастической скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	различных положений 3. Эстафета «Передай другому»	последней скакалки (косички); обратно челночный бег. 2. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах	3. <i>Подвижная игра с элементами баскетбола</i> «Поймай мяч».	считаться с интересами товарищей. <b>Познание:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта. <b>Музыка:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки
<b>Подвижные игры</b>	«Ловишка с мячом»	«День и Ночь»	«День и Ночь»	«Успей выбежать»	
<b>Заключительная часть</b>	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Пальчиковая гимнастика "Снегопад".	Игра малой интенсивности «Летает - не летает»	Упражнение-пантомима	

### ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы ОД	Темы	1-я неделя Транспорт .Профессии на транспорте	2-я неделя Животные севера	3-я неделя Животные жарких стран	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социализация:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>	<b>С мячом в парах</b>	<b>С гантелями</b>	<b>С палками парами</b>	<b>С веревкой</b>	
<b>Основные виды движений</b>	1. Пролезание в обруч прямо и боком, предварительно бросив в него мяч. 2. Эстафета: - прыжки через 5-6 последовательно лежащих скакалок (косичек); 3. Подвижная игра	1. Прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед и толкая перед собой камешек (шишку). 2. Катание медбола друг другу стоя, сидя, лежа на животе. 3. Прыжки через длинную скакалку (веревку), вбегая	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в	1. Упражнение «Минное поле». 2. Упражнение «Ракета».	<p><b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча</p>

	«10 передач	под нее 4. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах	кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней		друг другу разными способами. <b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз
<b>Подвижные игры</b>	<i>Подвижная игра</i> «У кого меньше мячей?».	«Два мороза»	«Лиса в курятнике»	«Танкисты»	вперед – назад, вверх-вниз
<b>Заключительная часть</b>	Пальчиковая гимнастика «Дружба»	Релаксация «Лентяи»	«Найди и промолчи»,	Ходьба в колонне «змейкой» за направляющим.	<b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр

### МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы ОД</b>	Мамин праздник	Весна	Бытовые приборы	Профессии	<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b>	знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				<b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы				<b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз
<b>ОРУ</b>	<b>Без предметов</b>	<b>Со скакалками</b>	<b>С обручем</b>	<b>С султанчиками под музыку</b>	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове 2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола (расстояние 1,5м).	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой.	1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Прыжки со скамейки на мат	

	3. Прыжки из обруча в обруч 4. Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками	3. Пролезание в обручи 4. Прыжок в высоту с разбега	3. Ползание по скамейке по-медвежьему 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна. 5. Подлезание под дугу	4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом	<b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
<b>Подвижные игры</b>	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Хитрая лиса»	«Караси и щука»	
<b>Заключительная часть</b>	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Затейники»	

### АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
Этапы ОД	Темы	1-я неделя Комнатные растения	2-я неделя Космос	3-я неделя Герб.Флаг.Гимн		4-я неделя Огонь и дым
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>						
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево					
<b>ОРУ</b>	<b>Без предметов</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С кубиками</b>	<b>С султанчиками</b>		
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на кругом и передачей мяча перед собой на каждый шаг 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Метание	1. ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360° на середине 2. Прыжки из обруча в обруч (6—8 шт.) на	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки через скакалку 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Ползание по	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками.	<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)</p> <p><b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p><b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз</p>	

	вертикальную цель правой и левой рукой 4. Вис на гимнастической стенке	правой и левой ногой. 3. Метание в вертикальную цель с расстояния 4 м правой и левой рукой	туннелю. 5. Прокатывание обручей друг другу	3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку	<b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
<b>Подвижные игры</b>	«Медведи и пчелы»	«Космонавты».	«Горелки»	«Ловишка с ленточками	
<b>Заключительная часть</b>	«Стоп»	Игра малой подвижности «Летит ракета»	«Парашют»	«Кто ушел»	

## МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности						Интеграция образовательных областей
Этапы ОД	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
		Наш край- Забайкалье. Наш город- Чита	День великой победы	Страна Светофория	Лето. Насекомые	Цветы.
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры						
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед					
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами	под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через		
						<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз

	гимнастической стенке спиной к ней	3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	скамейку продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке	<b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
<b>Подвижные игры</b>	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
<b>Заключительная часть</b>	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«В тише едешь- дальше будешь»	

### Комплексно-тематическое планирование ОД по физической культуре в подготовительной группе

#### СЕНТЯБРЬ

ТЕМЫ Этапы ОД	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя Осень	4-я неделя	Интеграция образовательных областей
	<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходьба и бег в колонне по 1 му с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их</p>				<p>Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений. и игр; <b>Социализация</b> :Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам <b>Безопасность</b>: формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега,</p>
<b>Вводная часть</b>	<p>Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.</p>				
<b>ОРУ</b>			<b>С гимнастическими палками</b>	<b>ОРУ с мячом</b>	
<b>Основные виды движений</b>			<p>1 Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками 2. Бросание мяча и ловля одной рукой. 3. Эстафета с элементами баскетбола «Охотники на леопардов».</p>	<p>1. Эстафета «Проползи». 2. Подскоки на месте: - на двух ногах: одна вперед - другая назад, руки на поясе; - с ноги на ногу с хлопками, руки на поясе.</p>	



			4. Эстафета «Змеи».		прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. Коммуникация: <i>поощрять</i>
<b>Подвижные игры</b>			Круговые пятнашки	«Ловишка с мячом».	речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня <i>Познание:</i> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения
<b>Заключительная часть</b>			Игра «Классики»	Игра «Колечко»	

## ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы ОД	Темы	1-я неделя Овощи. Огород.	2-я неделя Фрукты. Ягоды. Сад	3-я неделя Огонь-друг. Огонь-враг	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.</p>					<p><b>Здоровье:</b> проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух). <b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). <b>Коммуникация</b> обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от</p>
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
<b>ОРУ</b>	<b>С веревкой.</b>	<b>С гимнастической скамей</b>	<b>с мячом</b>	<b>С гимнастической скамей</b>	
<b>Основные виды движений</b>	1. Подскоки на месте: с ноги на ногу с	1. Игровое упражнение «Каракатица так и	1. Бросание мяча друг дугу:	1. Ползание по скамейке на	

	хлопками; 2. Эстафета «Собери пирамидку». 3. Ходьба по скамейке, бросая мяч вверх и ловя его двумя руками. 4. Ходьба приставным шагом вокруг скамейки, бросая мяч вверх и ловя его одной рукой.	пятится». 2.Подвижная игра «Фигура вдвоем». 3.Эстафета «Я - бросаю, ты - лови».	с хлопками; с поворотом кругом; стоя на коленях. Перестроение в колонну. 2. Эстафета «Городки».	четвереньках, пятясь назад. 2. Подвижная игра «Фигура вдвоем». 3. Эстафета «Я - бросаю, ты - лови».	правильного питания <b>Труд:</b> учить следить за чистотой спортивного инвентаря <b>Познание:</b> развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи. <b>Музыка:</b> продолжать вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку
<b>Подвижные игры</b>	«Воробьи» и «сад»	«Охота на лис».	«Ловишка с ленточкой»	«Охота на лис».	
<b>Заключительная часть</b>	«Сад – огород».	Релаксационное упражнение «Холодно - жарко»	«ОГОНЬ-ВОДА»	Пальчиковая гимнастика «дружная семья»	

## НОЯБРЬ

<b>Содержание организованной образовательной деятельности</b>					<b>Интеграция образовательных областей</b>
<b>Темы</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>3-я неделя</b>	<b>4-я неделя</b>	
<b>Этапы ОД</b>		<b>Птицы</b>	<b>Одежда и обувь</b>	<b>На зимней дороге</b> <b>Посуда</b>	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и п/и.</p>					<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p>
<b>Вводная часть</b>	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал				
<b>ОРУ</b>	<b>С обручем</b>	<b>С мячом</b>	<b>В парах</b>	<b>С медболами</b>	

<b>Основные виды движений</b>	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове	1. Ходьба, переступая через 6-7 палок; бег между 8-10 линиями, не наступая на них. 2. Бросание мяча (диаметр 20 см) друг другу с отскоком от пола. 3. Прыжки вверх с разбега, доставая предмет. 4. Эстафета с элементами баскетбола «Охотники на леопардов»	1. Упражнения с медболом: катание; бросание вперед снизу. 2. Ходьба, переступая через скамейки, с мешочками выпрямленных в стороны руках. 3. Ползание по скамейке на четвереньках, пятясь назад.	Занятие на тренажерах: Беговая дорожка. Роллер. Велотренажер. На степе с резиновым эспандером.	<b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега в рассыпную. <b>Познание:</b> ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз) <b>Труд:</b> Следить за опрятностью своей физической формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование
<b>Подвижные игры</b>	«Удочка»	«У кого меньше мячей».	«Медведи с цепью»	«Удочка»	
<b>Заключительная часть</b>	«Затейники»	Пальчиковая гимнастика Ходьба строевым шагом, выбрасывая вперед прямые ноги	Пальчиковая гимнастика «Петушок»	Игровое упражнение «Два и три».	

## ДЕКАБРЬ

<b>Содержание организованной образовательной деятельности</b>					<b>Интеграция образовательных областей</b>
<b>Темы</b> Этапы ОД	<b>1-я неделя</b> Зимующие птицы	<b>2-я неделя</b> Столица нашей родины-Москва	<b>3-я неделя</b> Зима время года Зимние забавы	<b>4-я неделя</b> Пусть новогодняя радость принесет Новый год.	<b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой.
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям					<b>Социализация:</b> формировать навык ролевого
<b>Вводная часть</b>	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения				

ОРУ	С кеглями	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку	поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками
<b>Основные виды движений</b>	1. Эстафета «Кенгуру» 2. Эстафета «Тренировка баскетболистов».	1. Спрыгивание с высоты в определенное место 2. Подтягивание на скамейке с помощью рук 3. Ходьба по канату прямо руки в стороны 4. Прыжки по «Классикам» 5. Ходьба с мешочком на голове переступая через кубики 6. Попадать мешочком в цель	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание в цель 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка) и с мешочком на спине	<b>Коммуникация:</b> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. <b>Безопасность:</b> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. <b>Труд:</b> Следить за опрятностью своей физической формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование
<b>Подвижные игры</b>	«Мотоциклисты»	«Городки»	«Пожарные на ученьях»	«Два мороза»	
<b>Заключительная часть</b>	Пальчиковая гимнастика « Пароход»	«Снежный ком».	«Найди и промолчи»	«Подарки»	

## ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя	2-я неделя Праздничный огород	3-я неделя домашние птицы, дикие животные	4-я неделя Мебель. Жилище бурят	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелизанные с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p>					<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности. <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. <b>Труд:</b>учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых</p>
<b>Вводная часть</b>	Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением				

	направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег			и подвижных игр.
<b>ОРУ</b>		<b>С кольцом на гимнастической скамье</b>	<b>с гимнастической палкой.</b>	<b>С гимнастическими палками</b>
<b>Основные виды движений</b>		1 Упражнение-соревнование «Запрыгни в обруч»: прыжки с высоты 30-40 см в обозначенное место. 2. Игровое упражнение «Канатоходец»: ходьба по гимнастической скамейке перекатом с пятки на носок со сменой положения рук. 3. Игровое упражнение «Вертушка»: повороты на носках кругом вправо и влево в быстром темпе во время ходьбы по гимнастической скамейке.	1. Ходьба с гимнастической палкой в руках по веревке, положенной на пол по кругу, в чередовании с ходьбой гимнастическим шагом за пределами круга из веревки. Веревки, связанные концами, положены на пол двумя кругами. 2. Игровое упражнение «По узкому мостику».	1. Ходьба с гимнастической палкой в руках по веревке, положенной на пол по кругу 2. Игровое упражнение «По узкому мостику». 3. Подвижная игра «Ловец с мячом». 4. Эстафета «Каракатица»
<b>Подвижные игры</b>		«охота на лис»	«Ловец с мячом» «Два Мороза»	Подвижная игра «Два Мороза»
<b>Заключительная часть</b>		Игра малой интенсивности «Замри».	«Зимние забавы»	Игра малой интенсивности «Летает - не летает».
<p><b>Социализация:</b> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> <p><b>Познание:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.</p> <p><b>Музыка:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки</p>				

## ФЕВРАЛЬ

<b>Содержание организованной образовательной деятельности</b>					<b>Интеграция образовательных областей</b>
<b>Темы</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>3-я неделя</b>	<b>4-я неделя</b>	
<b>Этапы</b>	<b>Транспорт.</b>	<b>Животные севера</b>	<b>Животные жарких стран</b>	<b>Наша Армия</b>	
<b>ОД</b>	<b>Профессии транспорте</b>				<b>Здоровье:</b> рассказывать о

<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры					пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социализация:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр <b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.
<b>Вводная часть</b>	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>	<b>С обручем в парах.</b>	<b>С мячом</b>	<b>С палками парами</b>	<b>С ГАНТЕЛЯМИ</b>	
<b>Основные виды движений</b>	1. Упражнения: пролезание в обруч сверху, снизу, прямо, боком; перелезание через гимнастическую скамейку на противоположную сторону; прыжок с высоты 30-40 см в обозначенное место. 2. Эстафета «Прыгай и убегай».	1. Эстафета «Пролезай и перелезай». 2. Эстафета «Снайперы». 3. Эстафета «Баскетбольная».	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Перебрасывание набивных мячей	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке	<b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз <b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
<b>Подвижные игры</b>	Эстафета «Стартовое положение».	Русская народная подвижная игра «Мяч с топотом».	«Не оставайся на полу»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»	
<b>Заключительная часть</b>	Игра малой подвижности «разверни круг»	Ходьба колонной по кругу в сочетании с ведением мяча.	«Море волнуется»	«Стоп»	

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя Мамин праздник	2-я неделя Весна	3-я неделя Бытовые приборы	4-я неделя Профессии	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)</p> <p><b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p><b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз</p> <p><b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр</p>
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней</p> <p>2. Метание в цель из разных исходных положений</p> <p>3. Прыжки из обруча в обруч</p> <p>4. Подлезание в обруч разными способами</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой</p> <p>2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы.</p> <p>3. Ползание на спине по гимнастической скамейке</p> <p>4. Прыжки на одной ноге через шнур</p>	<p>1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой</p> <p>2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола</p> <p>3. Ползание по скамейке по-медвежьи</p> <p>4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной</p> <p>2. Прыжки со скамейки на мат</p> <p>3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Бездомный заяц»	«Караси и щука»	
<b>Заключительная часть</b>	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук	

**АПРЕЛЬ**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя Комнатные растения	2-я неделя Космос	3-я неделя Герб.Флаг.Гимн	4-я неделя Огонь и дым	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)</p> <p><b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p><b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз</p> <p><b>Труд:</b>учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево				
<b>ОРУ</b>	<b>Без предметов</b>	<b>С гимнастической палкой</b>	<b>С кольцом</b>	<b>С мешочками</b>	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной</p> <p>2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура</p> <p>3. Переброска мячей в шеренгах</p> <p>4. Вис на гимнастической стенке</p>	<p>1. Эстафета «нарисуй ракету»</p> <p>2. Конкурс «по местам»</p> <p>3.Эстафета «выход в открытый космос»</p>	<p>1. Ходьба по скамейке спиной вперед</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега</p> <p>3. Метание вдаль набивного мяча</p> <p>4.Прокатывание обручей друг другу</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы</p> <p>2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками.</p> <p>3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет</p> <p>4. Прыжки через длинную скакалку</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Догони свою пару»	«Ракетодром»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками»	
<b>Заключительная часть</b>	«Стоп»	Пальчиковая гимнастика «Астрономическая считалка»	«Парашют»	«Кто ушел»	



## МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы ОД	1-я неделя Наш край- Забайкалье. Наш город- Чита	2-я неделя День великой победы	3-я неделя Страна Светофория	4-я неделя Лето. Цветы. Насекомые	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социализация:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)</p> <p><b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p><b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз</p> <p><b>Труд:</b>учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега).</p> <p>3. Метание набивного мяча.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы.</p> <p>4. Прыжки на одной ноге через скакалку</p>	<p>1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.</p> <p>2. Лазание по гимнастической стенке</p> <p>3. Прыжки через бруски.</p> <p>4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе</p> <p>3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед</p> <p>4.Лазание по гимнастической стенке</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
<b>Заключительная часть</b>	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация»	«В «Тише едешь- дальше будешь»	

## Показатели физической подготовленности

### 1. Прыжок в длину с места

Тестирование: Ребенку предлагают, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляться на обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади руками. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (в см.). Делаются 3 попытки. Засчитывается лучшая из попыток.

3 -4 г	4 -5л	5 -6 л	6 - 7л
58 – 69см	76 – 86см	86 – 100см	98 – 117см

### 2. Прыжок в высоту с разбега в см.

Тестирование. И.П.: разбежаться, оттолкнуться о стартовую линию, размахнуться руками и выполнить прыжок, приземляясь на две ноги. Засчитывается лучший результат из 3 попыток.

3 -4 г	4 -5л	5 -6 л	6 - 7л
-	-	47 – 54см	55 – 65см

### 3.Бросок набивного мешочка вдаль (150гр.) (в метрах)

Тестирование: на асфальтовой дорожке или на спортивной площадке. Предварительно размечается дорожка мелом поперечными линиями через каждый метр и пронумеровывается цифрами. Линия отталкивания (шириной 40 см) заштриховывается мелом. По команде ребенок подходит к линии отталкивания, из исходного положения стоя производит бросок мешочком одной рукой, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. Засчитывается лучший результат из 3 попыток.

Возраст	3 -4 г		4 -5л		5 -6 л		6 - 7л	
	Пр.р	Лев.р	Пр.р	Лев.р	Пр.р	Лев.р	Пр.р	Лев.р
Мальчики	2,5-4,1	2,0-3,4	3,9-5,7	2,4-4,2	6,7-7,5	5,8-6,0	7-10	5,5-6,8
Девочки	2,4-3,4	1,8-2,8	3,0-4,4	2,5-3,5	4,0-4,6	4,0-4,4	5,5-8,3	4,6-5,6

### 4.Статистическое равновесие (в сек) (ловкость и координация)

Тестирование: Исходное положение пятка правой (левой) ноги примыкает к носку левой (правой) ноги; стопы расположены по прямой линии, руки вдоль туловища, сохранять данную позицию необходимо с закрытыми глазами.

Возраст	3-4	4 - 5л	5 -6 л	6 - 7л
Мальчики	-	12 -20	25 – 35	35 - 42
Девочки	-	15 – 28	30 – 40	45 - 60

### 5. Прыжок через скакалку, (количество раз).

Тестирование: Принимается исходное положение: ноги вместе, руки внизу, в руках скакалка. Затем ребенок прыгает вперед через скакалку. Воспитатель считает количество прыжков. Делаются две попытки, засчитывается лучший результат. Внимание! Важно правильно подобрать скакалку для каждого ребенка. Если скакалка выбрана правильно, то когда ребенок встает обеими ногами на середину скакалки и натягивает ее, концы скакалки достают до подмышек.

Возраст	3-4	4 -5 л	5 -6 л	6 - 7л
Мальчики	-	1 -3	3-15	7 - 21
Девочки	-	2 - 5	3 – 20	15 -45

### 6. Бег на дистанцию 10м. с хода (в сек)

Тестирование: На асфальтированной дорожке намечаются линии старта и финиша. За линией финиша (в 6 — 7 м от нее) ставится ориентир (яркий предмет — кегля, кубик), для того чтобы ребенок, пересекая линию финиша, не делал резкой остановки. Предлагаются две попытки, отдых между ними 5 мин. Ребенок по команде «на старт» подходит к черте и занимает удобную позу. Воспитатель стоит сбоку от линии старта с секундомером. После взмаха флажком ребенок делает разбег. В момент пересечения линии старта воспитатель включает секундомер и выключает его тогда,

когда ребенок добегают до линии финиша. Фиксируется лучший результат из двух попыток.

Возраст	3 -4 г	4 -5 л	5 -6 л	6 - 7л
Мальчики	3.3 – 2.4	2.8 – 2.7	2.5 – 2.1	2.3 – 2.0
Девочки	3.4 – 2.6	3.0 – 2.8	2.6 – 2.2	2.5 – 2.1

### 7. Наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке (высота 20-25см).

Тестирование: Тест проводится инструктором и воспитателем. Ребенок становится на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке). Задание: наклониться вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать воспитатель). Инструктор по линейке, установленной перпендикулярно скамейке, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребенок кончиками пальцев. Если ребенок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «достань игрушку».

Возраст	3-4 л	4 -5 л	5 -6 л	6 - 7л
Мальчики	-	2 – 5см	3 – 7 см	5 – 8 см
Девочки	-	5 – 8 см	6 – 10см	8 – 12 см

### 8. Подъем из положения лежа на спине, (количество раз)

Тестирование: Ребенок лежит на гимнастическом мате на спине, скрестив руки на груди. По команде «начали» ребенок поднимается, не сгибая колен (инструктор слегка придерживает колени ребенка, сидя на мате рядом с ним), садится и вновь ложится. Воспитатель считает количество подъемов. Тест считается правильно выполненным, если ребенок при подъеме не коснулся локтями мата, а спина и колени оставались прямыми.

Из двух попыток засчитывается лучший результат.

Возраст	3-4 л	4 -5 л	5 -6 л	6 - 7л
Мальчики	-	-	12 -25	15 - 30
Девочки	-	=	11 – 20	14 28

### 9. бег на 30 метров.

Тестирование: Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40м ширина 3 м). На дорожке отмечаются линия старта и линия финиша. Тестирование проводят двое взрослых; один находится с флажком на линии старта, второй (с секундомером) — на линии финиша. За линией финиша на расстоянии 5 —7 м ставится яркий ориентир. По команде воспитателя «внимание» ребенок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «марш» — взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребенка). В это время воспитатель, стоящий на линии финиша, включает секундомер. Во время короткого отдыха (3 — 5 мин) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагаются две попытки, фиксируется лучший результат. Внимание! Во время бега не следует торопить ребенка, корректировать его бег.

Возраст	3-4 л	4-5 л	5 -6л	6 - 7л
Мальчики	-	8,5 – 10,0	8,2 – 7,0	6,2 – 5,7
Девочки	-	8,8 – 10,5	8,5 – 7,6	6,5 – 5,9

## Нормативы ГТО

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Челночный бег 3x10 м (с)	10,4	10,1	9,2	10,9	10,7	9,7
	Илибег на 30 м (с)	6,9	6,7	5,9	7,2	7,0	6,2

2.	Смешанное передвижение (1 км)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	3	4	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	5	6	13	4	5	11
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	7	9	17	4	5	11
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Достать пол ладонями	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Достать пол ладонями
Испытания (тесты) по выбору							
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	115	120	140	110	115	135
6.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество раз)	2	3	4	2	3	4
7.	Бег на лыжах на 1 км (мин, с)	8.45	8.30	8.00	9.15	9.00	8.30
	Бег на лыжах на 2 км (мин, с)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
	или смешанное передвижение на 1,5 км по пересеченной местности*	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
8.	Плавание без учета времени (м)	10	10	15	10	10	15
Количество видов испытаний (тестов) в		8	8	8	8	8	8

возрастной группе						
-------------------	--	--	--	--	--	--

### 3.2. Описание материально-технического обеспечения.

Материально-технические условия ДОУ обеспечивают высокий уровень физического развития. Детский сад оснащен в достаточном количестве мягким и жестким инвентарем, имеется необходимое физкультурное и игровое оборудование, технические средства.

Развивающая предметно-пространственная среда в ДОУ содержательна, насыщена, трансформируема, полифункциональна, вариативна, доступна и безопасна. Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию программы.

Для занятий физической культурой в ДОУ функционирует спортивный зал и оборудована спортивная площадка, тропа здоровья. Зал оснащен всем необходимым инвентарем и оборудованием для физической активности детей тренажеры, степ платформы, гимнастические лестницы, ребристые доски массажные коврики, мячи, атрибуты к подвижным и спортивным играм и многое другое. На спортивной площадке размещено спортивное оборудование, тропа здоровья, яма для прыжков.

В физкультурном зале расположена большая часть физкультурного оборудования. Эффективность использования оборудования значительно повышается при рациональном его размещении. Расстановка разных предметов оборудования зависит от их габаритов и предназначения. Гимнастическая стенка устанавливается стационарно, прочно крепится к стене. Крупные предметы оборудования (мягкие модули, гимнастические скамейки, бумы, кубы и т. д.) размещаются вдоль стен помещения или в отдельных подсобных помещениях.

Мелкое физкультурное оборудование (мячи, кольца, мешочки с грузом, кубики, булавы и т. д.) целесообразно хранить в секционных шкафах, на специальных полках, стеллажах, в выдвижных ящиках, расположенных также вдоль стен физкультурного зала. Обручи, шнуры, скакалки лучше всего разместить на стенах в разных местах зала на специальных крюках. Для растягивания сеток (для игр с мячом), натягивания шнуров, резинок (для подвешивания мелких предметов, для подлезания, перепрыгивания) удобны крепления в виде скоб и зажимов. Их следует расположить попарно на разных уровнях противоположных стен.

#### Материально - техническое оснащение спортивного зала.

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря и пособия	Кол-во:
1	Батуты	4
2	Веревка 5 метров диаметр – 3 см	1
3	Веревка 10 м диаметр – 0.5 см	1
4	Гантели детские 500 гр в паре	28
5	Доска гладкая с зацепами	1
6	Доска с ребристой поверхностью 3 метра	2
7	Дорожка «Ручки, ножки»	1
8	Дорожка «шагайка»	2
9	Кубик пластмассовый малый	25
10	Кегля пластмассовая	40
11	Корзина для мячей	2
12	Канат гладкий	1
13	Кистевые эспандеры	15
14	Ключки деревянные	8
15	Лук	3
16	Лента короткая разноцветная длина 25- 30 см	10
17	Лента короткая разноцветная длина 50- 60 см	10
18	Мат «Кузнечик» для прыжков в длину	1
19	Мат для перешагивания	1

20	Мат поролоновый	2
21	Мешочек с песком	9
22	Мяч резиновый малый диаметр – 7.5 см	8
23	Мяч резиновый малый диаметр – 10 см	10
24	Мяч резиновый средний диаметр – 15 см	20
25	Мяч резиновый большой диаметр – 20 – 25 см	20
26	Мяч надувной	2
27	Мат «Кузнечик» для прыжков в длину	1
28	Мягкие туннели	2
29	Мягкие модули набор	1
30	Мягкие модули ворота большие	1
31	Массажные мячи	6
32	Массажные варежки	12
33	Медицинбол (мяч утяжеленный)	6
34	Мячи футбольные	3
35	Мячи баскетбольные	4
36	Наклонная доска	1
37	Обруч малый диаметр – 50 см	26
38	Обруч большой диаметр 70 – 90 см	14
39	Платочек 20/20 см	20
40	Погремушки	15
41	Пьедестал	1
42	Парашют	1
43	Палка гимнастическая пластмассовая	30
44	Скакалка	15
45	Самокат	4
46	Скамейка гимнастическая 3 метра	2
47	Скамейка гимнастическая 2 метра	2
48	Стенка гимнастическая 4 пролета	1
49	Туннели детские	2
50	Туннели самодельные	2
51	Фитболы	7
52	Флажки	40
53	Хоппы	6
54	Шайбы	3
55	Шест пластмассовый	10
56	Щит навесной баскетбольный	2
57	Эстафетные палочки	10

### Организация двигательного режима

Формы организации	Младшая Группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Организованная деятельность	6 час/неделю	8 час/неделю	10 час/неделю	10 час и более/неделю
Утренняя гимнастика	6-8 минут	6-8 минут	8-10 минут	10-12 мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин
Физкультурная минутка ввремя ОД	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин
Динамическая пауза между ОД(если нет физкультурного или музыкального ОД)	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
Подвижная игра на прогулке	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	8-10 мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Динамический час на прогулке	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Физкультурные ОД	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Музыкальные ОД	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Гимнастика после дневного сна	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин
Спортивные развлечения	20мин 1 раз/месяц	30 мин 1 раз/месяц	30 мин 1 раз/месяц	40-50 мин 1 раз/месяц
Спортивные праздники	20 мин 2 раза/год	40 мин 2/год	60-90 мин 2/год	60-90 мин 2/год
Неделя здоровья	Каждый месяц	Каждый месяц	Каждый месяц	Каждый месяц
Подвижные игры во2 половине дня	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	Ежедневно



### **Особенности организации РППС (нетрадиционное оборудование)**

- Ходунки
- Волшебные колечки
- Султанчики
- Следы зверей для профилактики плоскостопия
- Цели для метания «шары»
- Моталочки
- Массажеры
- Массажные дорожки
- Волшебный колпак
- Игровое пособие «Парашют»
- Коврики для профилактики плоскостопия
- Многофункциональные ширмы «Умная палатка»: с картотекой пальчиковой гимнастика, дыхательная гимнастика, общеразвивающие упражнения.
- Бревна для равновесия
- Ленточки
- Переносная игра «Классики»
- «Резиночки» для игр
- Парашют

## **Модель взаимодействия инструктора по физической культуре с специалистами ДОУ**

С заведующим, зам. заведующего – создает условия для физкультурно – оздоровительной работы, координируют работу педагогов.

С медицинской сестрой – участвует в проведении лечебно – профилактических и оздоровительных мероприятий, проводит санитарно – просветительскую работу среди педагогов и родителей.

С воспитателем – способствует обеспечению гибкого оздоровительного режима, формированию привычки здорового образа жизни, развитию двигательной культуры, профилактики заболеваний.

С музыкальным руководителем – участвует в двигательном развитии детей, способствует развитию чувства ритма, темпа, речевого дыхания, координации движений.

С учителем – логопедом – способствует обогащению словарного запаса, формированию лексико – грамматического строя речи, постановке правильного дыхания, общей и мелкой моторики, координации движений.

С педагогом – психологом – способствует развитию эмоционально – волевой сферы дошкольников, познавательных процессов.

С младшим воспитателем – способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований.

## **Структура физкультурной образовательной деятельности**

В каждой возрастной группе физкультура проводится 3 раза в неделю в спортивном зале . Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости ), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Физкультурная – образовательная деятельность состоит из трех частей:

Вводная – помогает организовать, собрать и активировать внимание, вызвать у них интерес к занятию, создать бодрое настроение. В нее входит беседа, построения, перестроения, упражнения в ходьбе, беге.

Основная – в ней формируются двигательные навыки и умения, развиваются физические качества.

В нее входит: общеразвивающие упражнения с предметами и без, основные виды движений, подвижная игра.

Заключительная – снижение физической нагрузки, приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние, сохранив при этом бодрое настроение, подведение итогов занятия. В нее входит: игра малой подвижности, пальчиковая гимнастика, движения со словами, дыхательная гимнастика, самомассаж, различные виды ходьбы.

Образовательная деятельность по физической культуре может быть организована разнообразно:

- ОД по традиционной схеме
- ОД, состоящие из набора подвижных игр и игровых заданий большой, средней и малой интенсивности.
- ОД – тренировки в основных видах движений
- Ритмическая гимнастика
- ОД – соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей
- Сюжетно – игровая ОД
- По интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во

время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организации спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации программы укрепляется материально – техническая и учебно – спортивная база, проводятся спортивные соревнования.

№ п/п	Учебно-методическая и информационное обеспечение программы (автор, название, место издания, год)
1	«Детство» по ред. Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе.
2	Физическая культура в детском саду (система работы в средней группе). Л.И. Пензулаева . « Мозаика-синтез» 2012 г.
3	Физическая культура в детском саду (система работы в старшей группе). Л.И. Пензулаева . « Мозаика-синтез» 2012 г.
4	Физическая культура в детском саду (система работы в подготовительной группе). Л.И. Пензулаева . « Мозаика-синтез» 2012 г.
5	Утренняя гимнастика в детском саду. Т. Е. Харченко. « Мозаика-синтез» 2006 г.
6	Физкультурные праздники в детском саду (сценарии спортивных праздников и развлечений).Т. Е. Харченко2009 г. « Детство- пресс»
7	Азбука физкультминуток для дошкольников . В. И. Ковалько. «Вако», Москва, 2005г.
8	Комплексы утренней гимнастики для детей 3-4 лет. Е. А. Сочеванова. «Детство - пресс» , Санкт- Петербург,2006 г.
9	Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников» Е. Р. Железова. « Детство - пресс» , Санкт- Петербург, 2013 г.
10	Веселая физкультура для детей и их родителей. О. Б. Казина. « Академия развития», Ярославль, 2005 г.
11	Физкультурно- оздоровительные ОД с детьми 5- 7 лет. Е. Н. Вареник. «Творческий центр», Москва, 2006 г.
12	Физкультурная минутка. Е. А. Каралашвили. « Творческий центр», Москва, 2001 г.
13	Спортивные праздники и развлечения, под ред. В. Я. Лысовой. «Аркти»,