Развернутое комплексно-тематическое планирование организованной образовательной деятельности

(содержание психолого-педагогической работы) подготовительная группа

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Сентябрь | Занятие 1-2 | Занятие 3-4 | Занятие 4-5 | Занятие 6-7 |
| Задачи | | | |
| Упражнять:   * в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; * в ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу; * Ходьба змейкой.   Развивать .  Повторить упражнения:   * на перебрасывание мяча и подлезании под шнур; * в перелезании через скамейку; * прыжки на двух ногах;   Акробатические упражнения: колечко, мостик, верблюдик | | | |
| Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей) | | | |
| Ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов; с различным положением рук; сохраняют равно­весие на повышенной опоре; ходят по гимнастической скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных дви­жений; прыгают на двух ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстоя­ние - 3 м) (физическая культура)-, переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельно­сти сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; самостоятель­ны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их (социализация, коммуникация) | | | |
| Виды детской деятельности | | | |
| мониторинг | мониторинг | 1.Вводная часть  Ходьба друг за другом, на наружной стороне стопы, в приседе, в быстром темпе.  Лёгкий бег, ходьба приставным шагом боком.  Бег в рассыпную  Ходьба обычная, змейкой.  Комплекс ОРУ «В живом уголке»  2.Основные виды  Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопнуть в ладоши и пройти дальше  Подлезание под дугу  Прыжки на двух ногах, руки к плечам, в прямом направлении, продвигаясь вперёд.  Ползание с опорой на кисти и носки.  Акробатические упражнения «колечко», Мостик», «верблюдик»  3.Подвижная игра «Найди себе пару»  Малоподвижная игра «Угадай по описанию и изобрази обитателя живого уголка»  Релаксация | 1.Вводная часть  Ходьба друг за другом, на наружной стороне стопы, в приседе, в быстром темпе.  Лёгкий бег, ходьба приставным шагом боком.  Бег в рассыпную  Ходьба обычная, змейкой.  Комплекс ОРУ «В живом уголке»  2.Основные виды  Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопнуть в ладоши и пройти дальше  Подлезание под дугу  Прыжки на двух ногах, руки к плечам, в прямом направлении, продвигаясь вперёд.  Ползание с опорой на кисти и носки.  Акробатические упражнения «колечко», Мостик», «верблюдик»  3.Подвижная игра «Найди себе пару»  Малоподвижная игра «Угадай по описанию и изобрази обитателя живого уголка»  Релаксация |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | 1-я неделя | 2-я неделя | | 3-я неделя | | 4-я неделя |
| 1 | 2 | 3 | | 4 | | 5 |
| Октябрь | Занятие 8-9 | Занятие 10-11 | | Занятие 12-13 | | Занятие 14-15 |
| Задачи | | | | | |
| Упражнять:   * в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; * в ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу; «змейкой»; семенящий бег чередуя с бегом широким шагом; по буму на носках; спиной вперёд; бегу через предметы; бегу с захлёстыванием голени; приставным шагом   Развивать точность при переброске мяча, координацию движений в прыжке с продвижением вперёд, при перешагивании через предметы. Повторить упражнения:   * на перебрасывание мяча через сетку из-за головы; в парах, разными способами * повторить прыжок «маугли»,»космонавт»; * умение лазать по шведской стенке с переходом на другой пролёт;   акробатические упражнения: Уголок, Птичка на ветке, Колечко, Улитка, Мостик, Верблюд | | | | | |
| Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей) | | | | | |
| Ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов; с различным положением рук; ходят по гимнастической скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных дви­жений; прыгают на двух ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстоя­ние - 3 м) (физическая культура)-, переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельно­сти сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; самостоятель­ны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их (социализация, коммуникация) | | | | | |
| Виды детской деятельности | | | | | |
| 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному, со сменой направления  Бег на носках с захлёстыванием голени  Комплекс ОРУ «На огороде»   1. Основные виды движений   Ходьба по буму приставным шагом, руки за голову  Прыжок «Маугли»  Перебрасывание мяча в парах разными способами  Эстафета «Посадка картофеля», «Сбор урожая»  Акробатические упражнения: колечко, улитка, мостик, верблюд   1. Подвижная игра   «Посадка картофеля»   1. Малоподвижная игра   «Затейники» с использованием акробатических упражнений  Релаксация | 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному, задний ход  Бег с ускорением через предметы  Комплекс ОРУ «На огороде»   1. Основные виды движений   Ходьба по буму приставляя пятку к носку, руки в стороны  Прыжок «Маугли», «Космонавт»  Лазанье по шведской стенке   1. Эстафета «Чиполино»   Акробатические упражнения: колечко, улитка   1. Малоподвижная игра   «Весёлый бубен»  Релаксация | 1. Вводная часть   Ходьба с заданием по сигнальным карточкам  Бег «змейкой», со сменой направления движения  Комплекс ОРУ с палками   1. Основные виды движений   Ходьба по буму на носках  Переход по шведской стенке на другой пролёт  Перебрасывание мяча через сетку из-за головы двумя руками  Акробатические упражнения: уголок, птичка на ветке   1. Подвижная игра   «Силачи»   1. Малоподвижная игра   «Затейники» с использованием акробатических упражнений  Релаксация | | 1. Вводная часть   Ходьба с заданием по сигнальным карточкам  Семенящий бег, чередуя с бегом широким шагом Комплекс ОРУ с палками   1. Основные виды движений   Лазить по шведской стенке с наклонной доски, выполняя акробатические упражнения  Перебрасывание мяча через сетку из-за головы двумя руками  Выполнять прыжки вверх из глубокого приседа с продвижением вперёд  Акробатические упражнения: по желанию   1. Подвижная игра   «Ловишка бери ленту»   1. Малоподвижная игра   По желанию | |
|  |  |  |  | |  | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Занятие 16-17 | Занятие 18-19 | Занятие 20-21 | Занятие 22-23 |
|  | Задачи | | | |
| Ноябрь | Учить:   * Ползанью по скамейке на животе, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; * Ходьбе парами, ведению мяча в разных направлениях. * Ходьба с мешочком на голове * Упражнять: * в энергичном отталкивании в прыжках; * в равновесии; * ползании по скамейке усложняя чередующим перехватом рук   Закреплять прыжки из глубокого приседа с продвижением вперёд,  Акробатические упражнения на кубе «Петушок», «Верблюд», «Ласточка». | | | |
| Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей) | | | |
| * Испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; Ползают по скамейке на животе, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами;   Ходят парами, владеют ведению мяча в разных направлениях, энергично отталкиваются в прыжках с продвижением вперёд, самостоятельно сохраняют равновесие (здоровье, физическая культура)', выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой; проявляют элементы творчества при вы­полнении физических упражнений и игр, активно используют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; достигают успеха в установлении вербальных и невербальных контактов со взрослыми и детьми в различных видах деятельности и общении; участвуют в играх с элементами спорта (физическая культура, музыка, социализация, коммуникация, познание) | | | |
| Виды детской деятельности | | | |
| 1. Вводная часть   Ходьба друг за другом, широким шагом, с высоким подниманием колен, мелким шагом.  Легкий бег.  Ходьба змейкой  Комплекс ОРУ «Новогодняя Ёлка»   1. Основные виды движений   Прокатывание мяча вперёд головой  Бросание мяча снизу  Развиваем равновесие на кубе с мячом в руках, на одной ноге.  Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамье, руки за спиной.  Перепрыгивание через мяч двумя ногами.  Акробатические упражнения на кубе  «Ласточка», «Петушок»   1. Подвижная игра «Слепим снежок» 2. Малоподвижная игра «Весёлый бубен»   Релаксация | 1. Вводная часть   Ходьба с ритмичными хлопками под правую ногу  Ходьба с высоким подниманием колен  Бег в рассыпную, по сигналу в колонну  Комплекс ОРУ с медицинским жгутом   1. Основные виды движений. Ползанье по скамейке на животе, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами   Упражнение в равновесии  Прыжки из глубокого приседа  Акробатические упражнения по желанию   1. Подвижная игра «Разноцветные мячики» 2. Малоподвижная игра «Весёлый бубен» | 1. Вводная часть   Зарядка настрой  Ходьба парами по сигналу  Дифференцированное упражнение «лягушки и аисты»  Бег галопом  Комплекс ОРУ «Мой весёлый звонкий мяч»   1. Основные виды движений.   Лазание по скамейке на животе, с чередующим перехватом  Ведение мяча в разных направлениях  Акробатические упражнения на кубе «Петушок», «Верблюд», «Ласточка»   1. Эстафета «Колобок» 2. Малоподвижная игра «Кувшинчик»   Релаксация «Волшебный сон» | 1. Вводная часть   Зарядка настрой  Ходьба с заданием по сигналу  Дифференцированное упражнение «лягушки и аисты»  Бег с заданием по сигналу  Комплекс ОРУ «Мой весёлый звонкий мяч»   1. Основные виды движений.   Прыжки через 8-10 набивных мячей в плотной группировке  «Кто быстрее доползёт»  Ползание по скамейке с чередующим перехватом рук  Ведение мяча в разных направлениях правой и левой рукой, с переходом на бег   1. Подвижная игра «Охотники и утки» 2. Малоподвижная игра «Затейники» с использованием акробатических упражнений   Релаксация |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | 1-я неделя | 2-я неделя | | 3-я неделя | | 4-я неделя |
| 1 | 2 | 3 | | 4 | | 5 |
| Декабрь | Занятие 24-25 | Занятие 26-27 | | Занятие 28-29 | | Занятие 30-31 |
| Задачи | | | | | |
| Закреплять навыки и умения:   * ходьбы с выполнением задания по сигналу змейкой, по одному в чередовании в рассыпную; * ходьба с гантелями на носках, на пятках, широким шагом; * перестроения с одной колонны в две и три; * соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. * В ходьбе по буму с выполнением поворота и прыжку вокруг себя * В выполнении прямого и бокового шпагата * Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры * Силовые качества.   -Формировать умение;   * Бросать и ловить мяч с разными заданиями;   Упражнять в лазание по канату с выполнением акробатического упражнения колечко, в прыжках через набивные мячи. | | | | | |
| Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей) | | | | | |
| Ходят с выполнением задания по сигналу змейкой, по одному в чередовании в рассыпную перестроение с оной колонны в две в три, выполняют прямой и боковой шпагат, бросают мяч ведут мяч разными способами, отбивают мяч в движении, лазают по канату с выполнением акробатического упражнения колечко *(физическая культура)',* имеют представления о необходимости движений и регулярных занятиях физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расши­ряют представления о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни, используя форму речи-доказательства (познание, здоровье, коммуникация) | | | | | |
| Виды детской деятельности | | | | | |
| 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба и бег змейкой в чередовании в рассыпную  Ритмическая гимнастика   1. Основные виды движений   Ходьба по буму с поворотом вокруг себя  Прыжки через набивные мячи  Ведение мяча в разных направлениях  Акробатические упражнения выполнение прямого шпагата, кувырки   1. Подвижная игра   «Два мороза»   1. Малоподвижная игра   «Если нравиться тебе то делай так»  Релаксация | 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба с гантелями на носках  Ходьба на пятках  Ходьба широким шагом  Комплекс ОРУ с гантелями   1. Основные виды движений   Прыжки на батуте  Лазание по канату с выполнением акробатического упражнения колечко  Школа мяча «Дни недели»  Акробатическая минутка под музыку выполнение упражнений по желанию   1. Подвижная игра   «Стой олень»   1. Малоподвижная игра   «У оленя дом большой» | 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба с гантелями на носках  Ходьба на пятках  Ходьба широким шагом  Комплекс ОРУ с гантелями   1. Основные виды движений   Прыжки на батуте  Лазание по канату с выполнением акробатического упражнения колечко  Школа мяча «Дни недели»  Акробатическая минутка под музыку выполнение упражнений по желанию   1. Подвижная игра   «Стой олень»   1. Малоподвижная игра   «У оленя дом большой» | | 1. Вводная часть   Ходьба с заданием по сигнальным карточкам  Бег с заданием по сигнальным карточкам, оздоровительный бег  Комплекс ОРУ с гантелями   1. Основные виды движений   Прыжки на батуте «лягушата», «зайки»  Школа мяча (Дни недели)  По канату с выполнением «Колечко»  Акробатические упражнения по желанию детей  3. Подвижная игра  «Стой олень»  4. Малоподвижная игра  «У оленя дом большой» | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | 1-я неделя | 2-я неделя | | 3-я неделя | | 4-я неделя |
| 1 | 2 | 3 | | 4 | | 5 |
| Январь | Занятие 32-33 | Занятие 34-35 | | Занятие 36-37 | | Занятие 38-39 |
| Задачи | | | | | |
| Закреплять навыки и умения:   * ходьбы с выполнением задания по сигналу змейкой, по одному в чередовании в рассыпную; * ходьба с гантелями на носках, на пятках, широким шагом; * перестроения с одной колонны в две и три; * соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. * В ходьбе по буму с выполнением поворота и прыжку вокруг себя * В выполнении прямого и бокового шпагата * Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры * Силовые качества.   -Формировать умение;   * Бросать и ловить мяч с разными заданиями;   Упражнять в лазание по канату с выполнением акробатического упражнения колечко, в прыжках через набивные мячи. | | | | | |
| Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей) | | | | | |
| Ходят с выполнением задания по сигналу змейкой, по одному в чередовании в рассыпную перестроение с оной колонны в две в три, выполняют прямой и боковой шпагат, бросают мяч ведут мяч разными способами, отбивают мяч в движении, лазают по канату с выполнением акробатического упражнения колечко *(физическая культура)',* имеют представления о необходимости движений и регулярных занятиях физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расши­ряют представления о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни, используя форму речи-доказательства (познание, здоровье, коммуникация) | | | | | |
| Виды детской деятельности | | | | | |
|  | 1. Вводная часть   Ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы с высоким подниманием колена  Бег обычный на носках, с захлёстом голени  Комплекс ОРУ «Зима»   1. Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой посередине, и перепрыгиванием через ленточку   Прыжки вверх из глубокого приседа  Акробатические упражнения «Колечко», «корзинка»   1. Подвижная игра «Медведь» 2. Малоподвижная игра «Свободное место»   Релаксация | 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба с заданием по сигналу мышки, мишка, коровы, утки, паучки, машины.  Бег с сильным сгибанием ног в коленях  Комплекс ОРУ «Мои волшебные фигуры»   1. Основные виды движений   Ходьба по наклонной доске, выполняя прыжок «Космонавт»  Ползанье по- пластунски  Метание набивного мяча в вертикальную цель   1. Подвижная игра   «Дед Мороз»   1. Малоподвижная игра   «Запрещённые движения» | | 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба с заданием по сигналу мышки, мишка, коровы, утки, паучки, машины.  Бег с сильным сгибанием ног в коленях  Комплекс ОРУ «Мои волшебные фигуры»   1. Основные виды движений   Ходьба по наклонной доске, выполняя прыжок по желанию  Метание набивного мяча в вертикальную цель  Прыжки через скакалку   1. Подвижная игра   «Ниточка с иголочкой»   1. Малоподвижная игра   «Свободное место» | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | 1-я неделя | 2-я неделя | | 3-я неделя | | 4-я неделя |
| 1 | 2 | 3 | | 4 | | 5 |
| Февраль | Занятие 40-41 | Занятие 42-43 | | Занятие 44-45 | | Занятие 46-47 |
| Задачи | | | | | |
| Учить:  -проталкивать головой набивной мяч, забивая его в ворота;  -выполнять упражнения на кольцах: вис, раскачивание, стойка, соскок, уголок, солдатики, кольцо, Петрушка.  -броску в корзину с места  -прыжкам с зажатым между ног мячом  Закреплять навыки и умения:  - в прыжках через скакалку разными способами  -метание набивного мяча в горизонтальную цель | | | | | |
| Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей) | | | | | |
| Умеют проталкивать головой набивной мяч, забивая его в ворота, выполняют упражнения на кольцах: вис, раскачивание, стойка, соскок, уголок, солдатики; бросают мяч в корзину с места; прыгают с зажатым между ног мячом; прыгают через скакалку разными способами *(физическая культура)',* переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельно­сти сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; самостоятель­ны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их *(социализация, коммуникация)* | | | | | |
| Виды детской деятельности | | | | | |
| 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба со скакалкой на носках  Ходьба на пятках  Бег в быстром темпе  Перестроение в три колонны  Комплекс ОРУ со скакалкой   1. Основные виды движений   Метание малого мяча в горизонтальную цель  Прыжки через скакалку разными способами  Проталкивание набивного мяча в ворота  Акробатическая минутка под музыку   1. Подвижная игра   «Мы ребята акробаты»   1. Малоподвижна игра   «Угадай кого не стало» | 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба со скакалкой на носках  Ходьба на пятках  Бег в быстром темпе  Перестроение в три колонны  Комплекс ОРУ со скакалкой   1. Основные виды движений   Упражнения на кольцах: вис, раскачивание, стойка, соскок.  Прыжки на скакалке в соревновательной форме разными способами  Проталкивание набивного мяча в ворота   1. Подвижная игра   «Охотники и утки»   1. Малоподвижная игра   «Запрещённые движения» | 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба приставным шагом  Ходьба с подскоками  Бег в быстром темпе  Перестроение в три колонны  «Морская аэробика»   1. Основные виды движений   Упражнения на кольцах: вис, стойка, соскок  Акробатические упражнения Уголок, Солдатики  Попадание мяча в баскетбольную корзину  Проталкивание набивного мяча в ворота   1. Подвижная игра   «Удочка»   1. Малоподвижная игра   «Море волнуется» | | 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с заданием  Бег в быстром темпе  Перестроение в три колонны  Комплекс ОРУ «Морская аэробика»   1. Основные виды движений   Упражнения на кольцах «Кольцо», «Петрушка»  Бросок мяча в баскетбольную корзину  Прыжки с зажатым между ног мячом   1. Подвижная игра   Перетягивание каната   1. Малоподвижная игра   «Море волнуется»  Релаксация | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | 1-я неделя | 2-я неделя | | 3-я неделя | | 4-я неделя |
| 1 | 2 | 3 | | 4 | | 5 |
| Март | Занятие 48-49 | Занятие 50-51 | | Занятие 52-53 | | Занятие 54-55 |
| Задачи | | | | | |
| Учить:  -лазанию по шведской стенке из положения лёжа, подтягиваясь руками  Закреплять навыки и умения:  - Ходьба по буму поочерёдно поднимая ногу вверх вперёд, выполняя ласточку  -метание набивного мяча в горизонтальную цель  - метание мяча в баскетбольную корзину | | | | | |
| Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей) | | | | | |
| Умеют лазать по шведской стенке из положения лёжа подтягиваясь руками, с переходом на другой пролёт выполняя акробатические упражнения по желанию . Выполняют правильно все виды основных движений: ходят в сочетании с другими видами движений; активно двигают кистями рук при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; соблюдают интервалы во время передвижения; ориентируются в пространстве; сохраняют равновесие; следят за осанкой *(физическая культура)',*;самостоятель­ны в организации всех видов игр; выполняют правила и нормы поведения; умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека *(социализация, коммуникация, познание, физическая культура , здоровье)* | | | | | |
| Виды детской деятельности | | | | | |
| 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба с заданием по сигналу: солнышко, лужи  Бег в рассыпную  Перестроение в две колонны  Комплекс ОРУ «Весна», «Явление природы»   1. Основные виды движений   Ходьба по буму, поочерёдно поднимая ногу вверх вперёд  Метание мяча в баскетбольную корзину  Прыжки на двух нога с зажатым мячом между ног  Акробатические упражнения шпагат прямой и боковой   1. Подвижная игра   «Не оставайся на полу»   1. Малоподвижна игра   «Кувшинчик»  Релаксация «Цветок» | 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба с заданием по сигналу скрестным шагом, перекатом с пятки на носок  Бег галопом «лошадки»  Перестроение в три колонны  Комплекс ОРУ «Ребята акробаты» с одним обручем на двоих детей   1. Основные виды движений   Ходьба по буму зигзагообразно, выполняя ласточку  Лазание по шведской стенке из положения лёжа, подтягиваясь руками, с переходом на другой пролёт, выполняя акробатические упражнения по желанию  Прыжки с зажатым между ног мячом в парах  Акробатические упражнения «Верблюд», «Мостик»   1. Подвижная игра   «Мы ребята акробаты»   1. Малоподвижная игра   «Весёлый бубен»  Релаксация «Цветок» | 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба с заданием на движение рук: за голову, за спину, вверх, в стороны, вперёд.  Бег в быстром темпе  Перестроение в три колонны  Комплекс ОРУ  «Ребята акробаты» с одним обручем на двоих   1. Основные виды движений   Ходьба по буму с выполнением выпада «лебедь"  Метание набивного мяча  Лазание по шведской стенке из положения лёжа, потягиваясь руками, с переходом на канат, выполняя упражнение по желанию  Акробатические упражнения под музыку   1. Подвижная игра   «Мы ребята акробаты»   1. Малоподвижная игра   «Сделай фигуру»  Упражнение на профилактику плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек» | | 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба с заданием на движение рук: за голову, за спину, вверх, в стороны, вперёд.  Бег в быстром темпе  Перестроение в три колонны  Комплекс ОРУ  «Ребята акробаты» с одним обручем на двоих   1. Основные виды движений   Ходьба по буму с выполнением выпада «лебедь"  Метание набивного мяча  Лазание по шведской стенке из положения лёжа, потягиваясь руками, с переходом на канат, выполняя упражнение по желанию  Акробатические упражнения под музыку   1. Подвижная игра   «Мы ребята акробаты»   1. Малоподвижная игра   «Сделай фигуру»  Упражнение на профилактику плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек» | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | 1-я неделя | 2-я неделя | | 3-я неделя | | 4-я неделя |
| 1 | 2 | 3 | | 4 | | 5 |
| Апрель | Занятие 56-57 | Занятие 58-59 | | Занятие 60-61 | | Занятие 62-63 |
| Задачи | | | | | |
| Учить:  -выполнять акробатические упражнения на канате  -выполнять гимнастические упражнения на кольцах  -упражнения на лестнице  -прыжкам на двух ногах через лавку с опорой на руки  Закреплять навыки и умения:  -метание набивного мяча  -ходить пружинистым шагом с носка  -бег со сменой направления  -кувыркаться  -прыжки с места в длину | | | | | |
| Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей) | | | | | |
| Умеет выполнять акробатические упражнения на канате, лестнице, кольцах; умеют прыгать через лавку на двух ногах с опорой на руки; выполняют акробатическое упражнение кувырки разными способами*(физическая культура)',*следят за правильной осанкой, интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их результаты; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках *(социализация, коммуникация, познание, физическая культура , здоровье)* | | | | | |
| Виды детской деятельности | | | | | |
| 1. Вводная часть   Ходьба пружинистым шагом с носка  Бег со сменой направления  Перестроение в три колонны  Комплекс ОРУ «На морском дне»   1. Основные виды движений   Прыжки на двух ногах через скамейку с опорой на руки  Метание набивного мяча в горизонтальную цель  Упражнение на кольцах: «кольцо», «петрушка»  Акробатические упражнения кувырки вперёд, боком, в приседе.   1. Подвижная игра   «Весёлый невод»   1. Малоподвижна игра   «Летает, ползает, прыгает»  Пальчиковая гимнастика | 1. Вводная часть   Ходьба по узкой дорожке с заданием для рук: в стороны-«Самолёт», руки вверх, соединить ладони «ракета»  Перестроение в две колонны  Комплекс ОРУ «Подготовка космонавта к полёту» на гимнастических скамейках   1. Основные виды движений   Упражнения на кольцах: уголок вверх ногами, вис, стойка, раскачивание  Прыжки на двух ногах через скамейку  Лазание по шведской стенке с переходом на другой пролёт «Выход в космос»  Акробатические упражнения кувырки вперёд, боком, в приседе   1. Подвижная игра   «Кто быстрее к звёздам»   1. Малоподвижная игра   «Лазает, ползает, прыгает»  Пальчиковая гимнастика | 1. Вводная часть   Ходьба с заданием по сигналу: паучки, машины, коровы, лягушки, аисты.  Перестроение в две колонны  Комплекс ОРУ «Мы сильные, мы дружные»   1. Основные виды движений   Лазанье по канату, выполняя акробатические упражнения  Метание колец маленького диаметра в цель  Выполнять упражнения на кольцах: вис, стойка, раскачивание.  Акробатические упражнения выполнять кувырки, перекаты- с прямыми ногами   1. Подвижная игра   «Ловишка, бери ленту»   1. Малоподвижная игра   «Угадай кто позвал»  Релаксация | | 1. Вводная часть Ходьба с заданием по сигналу: паучки, машины, коровы, лягушки, аисты.   Перестроение в три колонны  Комплекс ОРУ  «Мы сильные, мы смелые»   1. Основные виды движений   Лазание по канату выполняя акробатические упражнения  Метание колец маленького диаметра в цель  Прыжки в длину с места  Акробатические упражнения выполнять кувырки по желанию   1. Подвижная игра   «Ловцы и обезьяны»   1. Малоподвижная игра   «Угадай кто позвал»  Релаксация | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | 1-я неделя | 2-я неделя | | 3-я неделя | | 4-я неделя |
| 1 | 2 | 3 | | 4 | | 5 |
| Май | Занятие 64-65 | Занятие 66-67 | | Занятие 68-69 | | Занятие 70-71 |
| Задачи | | | | | |
| Закреплять умения и навыки:  -Ходьба с заданием по сигналу  -метание мешочков в даль  -прыжки в длину с места | | | | | |
| Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей) | | | | | |
| Согласуют ритм движений с музыкальным сопровождением; Бегают со средней скоростью и на скорость; могут перебрасывать набивные мячи весом 1кг. ; прыгают в длину с разбега; упражняются в статическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений, участвуют в играх с элементами спорта *(физическая культура)',* сочувствуют спортивным поражениям и радуются победам; испытывают потребность в ежедневной двигательной активности; имеют представления о правилах и видах закаливания, пользе пребывания на свежем воздухе; развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость *(социализация, коммуникация, познание, физическая культура , здоровье)* | | | | | |
| Виды детской деятельности | | | | | |
| 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба с заданием по сигналу: мишки, коровы, уточки, паучки, машины, лошадки  Перестроение в три колонны  Комплекс ОРУ «Волшебный цветок»   1. Основные виды движений   Метание мешочков в даль  Прыжки в длину с места  Акробатические упражнения по желанию   1. Подвижная игра   «Ловишка, бери ленту»   1. Эстафета   «Олимпийский цветок»  Релаксация | 1. Вводная часть   Ходьба в колонне по одному  Ходьба с заданием по сигналу: мишки, коровы, уточки, паучки, машины, лошадки  Перестроение в три колонны  Комплекс ОРУ «Волшебный цветок»   1. Основные виды движений   Метание мешочков в даль  Прыжки в длину с места  Акробатические упражнения по желанию   1. Подвижная игра   «Ловишка, бери ленту»   1. Эстафета   «Олимпийский цветок»  Релаксация | МОНИТОРИНГ | | МОНИТОРИНГ | |

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Пояснительная записка

Содержание образовательной области «Физическая культура» на формирование у детей ин­тереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение 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, физическом со­вершенствовании.

На седьмом году жизни движения ребенка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развить самостоятельность.

Основной формой систематического обучения детей физическим упражнениям являются физкультурные занятия, которые состоят из трех частей: вводной, основной и заключительной. В каждой из них решаются образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи.

Планируемые результаты (интегративные качества) освоения программы:

* Выполняют правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
* Могут прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться; прыгать в дли­ну с места на расстояние не менее 100 см, с разбега - 180 см, в высоту с разбега - не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
* Могут перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исход­ных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
* Умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения.
* Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
* Следят за правильной осанкой.
* Участвуют в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол).