**Развернутое комплексно-тематическое планирование организованной образовательной деятельности**

**(содержание**

**психолого-педагогической работы).**

**Старшая группа.**

**ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА».**

**Цель:** формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой.

**Задачи:**

* развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация;
* накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя. Номер занятий** | **Организация детской деятельности (этапы, виды)** | **Виды интеграции образовательных областей** | | **Планируемые результаты развития интегративных качеств дошкольника** | |
| **СЕНТЯБРЬ** | | | | | |
| **Программные**  **задачи** | **Образовательная:** Учить прыжкам на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами.  Перебрасыванию мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди). 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  **Оздоровительная:** формировать гигиенические навыки, обсуждать пользу закаливания и занятий физической  **Воспитательная:** воспитывать дружелюбные отношения | | | | |
| **I**  **1-2 зал**  **3-на воздухе**  **№** | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, бег до 1 минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпе.  ***Общеразвивающие упражнения:***  **без предметов**.  **II. Основные виды движений.**  1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи.  2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами.  3. Перебрасывание мячей, стоя  в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди).  4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках.  **Подвижная игра** «Карусель».  **III. Малоподвижная игра** «У кого мяч» | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу.  *Социализация:* побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр.  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных упражнений.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале и во время проведения прыжков с продвижением вперед, перебрасывания мячей, подвижной игры.  *Познание:* развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики, через мячи.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | | 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 «Карусель» и «У кого мяч», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку | |
| **Программные**  **задачи** | **Образовательная:** учить подбрасыванию мяча вверх и ловля после хлопка, перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы; закреплять навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бег между линиями  **Оздоровительная:** формировать гигиенические навыки, проводить комплекс закаливающих процедур  **Воспитательная:** воспитывать внимание, воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью | | | | |
| **II**  **4-5 зал**  **6-на воздухе**  **№** | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, бег до 1 минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба  в медленном, обычном и быстром темпе.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с флажком.**  **II. Основные виды движений.**  1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» (4–6 раз).  2. Подбрасывание мяча вверх  и ловля после хлопка.  3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях.  4. Ходьба по канату, боком приставным шагом, руки на поясе,  с мешочком на голове.  5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.  **Подвижная игра** «Самолеты».  **III. Малоподвижная игра:** ходьба в полуприседе по одному | *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека: формировать  гигиенические навыки, проводить комплекс закаливающих процедур; знать предметы санитарии и гигиены (мыло, расческа, полотенце и т. д.).  *Социализация:* побуждать детей оценивать свои действия во время подвижных игр.  *Труд:* учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале.  *Безопасность:* формировать навыки ориентирования на местности (на территории детского сада, вокруг детского сада), безопасного поведения во время ползания по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях, проведения подвижной игры.  *Познание:* развивать восприятие предметов  по расположению в пространстве во время подпрыгивания на двух ногах, считать до трех при перестроении в три колонны.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность  детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под  музыку | | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба  и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами  по сигналу, перестроение в три колонны, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх, ползание по гимнастической скамейке, перебрасывание мяча друг другу); самостоятельно и при небольшой помощи  взрослого складывает свои вещи в определенной последовательности на стульчик или в шкаф, пользуется предметами санитарии и гигиены  (мыло, расческа, полотенце и т. д.); проявляет активность при участии в подвижной игре «Самолеты», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку | |
| **Программные**  **задачи** | **Образовательная:** учить пролезанию в обруч в группировке, боком, прямо; перешагиванию через бруски с мешочком на голове; ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, между предметами  **Оздоровительная:**проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма  **Воспитательная:** воспитывать выдержку; самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, | | | | |
| **III**  **7-8 зал**  **9 на воздухе**  **№** | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, бег до 1 минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпе.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с мячом.**  **II. Основные виды движений:**  1. Пролезание в обруч в группировке, боком, прямо.  2. Перешагивание через бруски  с мешочком на голове.  3. Ходьба по гимнастической  скамейке с мешочком на голове.  4. Прыжки на двух ногах с мешочками между коленями и ходьба «Пингвин».  **Подвижная игра**  «Мы веселые ребята».  **III. Малоподвижная игра:** «Стоп» релаксация | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих  процедур (прогулка на свежем воздухе); формировать гигиенические навыки: аккуратно одеваться, проверяя все застежки на одежде и опрятность своего внешнего вида; следить за осанкой при ходьбе.  *Социализация:* поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений.  *Труд:* учить следить за чистотой физкультурного инвентаря.  *Безопасность:* формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности.  *Коммуникация:* поощрять проговаривание действий и название упражнений в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить подвижную игру под текст стихотворения«Мы веселые ребята» | | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание в обруч, перешагивание через бруски, прыжков на двух ногах с мешочками между коленями); самостоятельно  и при небольшой помощи взрослого аккуратно одевается, проверяет все застежки на одежде и опрятность своего внешнего вида, следит за осанкой при ходьбе; проявляет активность при участии в подвижной игре «Мы веселые ребята», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку и чтении стихотворений | |
| **Программные**  **задачи** | **Образовательная:** упражнять ходьбе и беге по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, развивать глазомер; Закреплять навыки и умения ходьбы с выполнением задания по сигналу; бега с преодолением препятствий, парами; перестроения с одной колонны в две и три; соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры  **Оздоровительная:** формировать у детей представления о том, что быть чистым – красиво и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям.  **Воспитательная:** воспитывать доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие | | | | |
| **IV**  **10- зал**  **11- досуг №**  **12 на воздухе**  **№** | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, бег до 1 минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпе.  ***Общеразвивающие упражнения:* с обручем.**  **II. Основные виды движений.**  *Игровые задания.*  1. Быстро в колонну.  2. «Пингвин».  3. «Не промахнись» (кегли, мешки).  4. По мостику (с мешочком на голове).  5. Мяч о стенку.  6. «Поймай мяч» («Собачка»).  7. «Достань до колокольчика».  **Подвижные игры**  «Найди свой цвет»  **III.** спокойная ходьба  релаксация | | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих  процедур; формировать у детей представления о том, что быть чистым – красиво и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям.  *Социализация:* создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).  *Труд:* учить убирать физкультурный инвентарь  и оборудование после проведения физкультурных упражнений и игр.  *Безопасность:* учить правилам использования спортивного инвентаря (кегли, мешки, мячи).  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время игровых заданий.  *Коммуникация:* обсуждать пользу закаливания и физической культуры.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку. | | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползанье, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой  помощи взрослого выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в играх с элементами соревнования, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку и чтение стихотворений |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя. Номер занятий** | **Организация детской деятельности (этапы, виды)** | **Виды интеграции образовательных областей** | | **Планируемые результаты развития интегративных качеств дошкольника** | |
| **ОКТЯБРЬ** | | | | | |
| **Программные**  **задачи** | **Образовательная:** Учить ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики; прыжкам на двух ногах через шнуры, прямо, боком; закреплять перестроение из одной колонны в две по ходу движения  **Оздоровительная:**  расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  **Воспитательная:** воспитывать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх | | | | |
| **I**  **1-2 зал**  **3-на воздухе**  **№** | **I. Вводная часть.**  Перестроение в колонну  по одному и по два, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 минуты  с перешагиванием через бруски; ходьба, по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках,  в чередовании, на внешних  сторонах стопы.  ***Общеразвивающие упражнения:***  **без предметов.**  **II. Основные виды движений.**  1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком.  3. Броски мяча двумя руками  от груди, перебрасывание друг другу руками из-за головы.  4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше.  **Подвижная игра** «Перелет птиц».  **III. Малоподвижная игра** «Найди и промолчи» | | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих  процедур; расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  *Социализация:* создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных  занятий.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время проведения прыжков  на двух ногах через шнуры, бросков мяча двумя руками.  *Познание:* развивать восприятие предметов  по форме, цвету, величине, расположению  в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики, через мячи.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность  детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой  помощи взрослого выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в подвижной игре «Перелет птиц», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку |
| **Программные**  **задачи** | **Образовательная:** учить переползанию через препятствие; метание в горизонтальную цель правой и левой рукой; Развивать навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги  **Оздоровительная:** формировать гигиенические навыки; проводить комплекс закаливающих процедур; знать предметы санитарии и гигиены (мыло, расческа, полотенце и т. д.).  **Воспитательная:***:* воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей. | | | | |
| **II**  **4-5- зал**  **6-на воздухе**  **№** | **I. Вводная часть.**  Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 минуты с перешагиванием через бруски; ходьба, по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.  ***Общеразвивающие упражнения:***  **с флажком.**  **II. Основные виды движений.**  1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.  2. Переползание через препятствие.  3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.  4. Ползание на четвереньках  между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь пола.  **Подвижная игра**  «Гуси лебеди».  **III. Малоподвижная игра** «Эхо» | | *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и его влиянии на здоровье человека: формировать гигиенические навыки: приучать детей при раздевании складывать свои вещи в определенной последовательности на стульчик или шкаф; проводить комплекс закаливающих процедур; знать предметы санитарии и гигиены (мыло, расческа, полотенце и т. д.)  .  *Социализация:* побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр.  *Труд:* учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале.  *Безопасность:* формировать навыки ориентироваться на местности (на территории детского сада, вокруг детского сада), безопасного поведения при выполнении прыжков со скамейки, ползание на четвереньках между предметами, метание мяча в цель.  *Познание:* развивать восприятие предметов  по расположению в пространстве во время перестроения в колонну, считать до двух.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность  детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Музыка:* сопровождать игровые упражнения  музыкой | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (прыжки со скамейки, ползание на четвереньках между предметами, метание мяча  в цель); 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 подвижной игре «Гуси-лебеди», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость,  удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики  под музыку | |
| **Программные**  **задачи** |  | | | | |
| **III**  **7-8 зал**  **9 на воздухе**  **№** | **МОНИТОРИНГ** | | | | |
| **Программные**  **задачи** |  | | | | |
| **IV**  **10- зал**  **11- досуг №**  **12 на воздухе**  **№** | **МОНИТОРИНГ** | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя. Номер занятий** | | **Организация детской деятельности (этапы, виды)** | **Виды интеграции образовательных областей** | | | **Планируемые результаты развития интегративных качеств дошкольника** | |
| **НОЯБРЬ** | | | | | | | |
| **Программные**  **задачи** | **Образовательная:** учить ведению мяча с продвижением вперед;. ползанию на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч; закреплять ходьбу с изменением направления; бег с высоким подниманием бедра; навык ведения мяча в прямом направлении; ползание по гимнастической скамейке; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу;  **Оздоровительная:** формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью  **Воспитательная:** воспитыватьудетей потребность в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика. | | | | | | |
| **I**  **1-2 зал**  **3-на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Перестроение в шеренгу, колон- ну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с выполнением фигур.  ***Общеразвивающие упражнения:***  **без предметов.**  **II. Основные виды движений.**  1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками.  2. Ведение мяча с продвижением вперед.  3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч.  4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечье и колени.  **Подвижная игра**  «Не оставайся на полу».  **III. Малоподвижная игра** «Угадай по голосу» | | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу.  *Социализация:* побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр.  *Труд:* учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках  и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, ходьбы с высоким подниманием коленей, бега врассыпную.  *Познание:* ориентировать в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (направо, налево).  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | | | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (перестроение в шеренгу, колонну, повороты  направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, ведение мяча, ползание по гимнастической скамейке); 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 «Не оставайся на полу», в выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики;  выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** учитьползанию по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях;ходьбе по канату боком приставным шагом, руки на поясе, мешочек на голове. Повторить ходьба и бег с ускорением и замедлением; ползание по гимнастической скамейке; упражнения на сохранение равновесия; ходьба по канату с сохранением равновесия  **Оздоровительная:** рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека: проводить комплекс закаливающих процедур  **Воспитательная:** воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей,формировать желание вести здоровый образ жизни | | | | | |
| **II**  **4-5 - зал**  **6-на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с выполнением фигур.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с мячом.**  **II. Основные виды движений.**  1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» (4–6 раз). 2. Подбрасывание мяча вверх  и ловля после хлопка.  3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях.  4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе,  мешочек на голове.  5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.  **III. Подвижная игра** «Лиса в курятнике».  **IV. Малоподвижная игра:**  ходьба в полуприседе по одному | *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека: проводить комплекс закаливающих процедур; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу.  *Социализация:* побуждать детей оценивать свои действия во время подвижных игр.  *Труд:* учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале.  *Безопасность:* формировать навыки ориентироваться на местности (на территории детского сада, вокруг детского сада), безопасного поведения во время подпрыгивания на двух ногах,  подбрасывания мяча вверх, ходьбы по канату, перебрасывания мяча друг другу.  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве, считать до трех при перестроении в колонны.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх, ходьба по канату, перебрасывание мяча друг другу); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (аккуратно одевается и раздевается; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижной игре « Лиса в курятнике», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции  (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку | | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** учитьходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе; прыжкам на правой и левой ноге между предметами. 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; в сохранении равновесия на повышенной опоре  **Оздоровительная:** следить за осанкой при ходьбе; развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика  **Воспитательная:** поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений | | | | | |
| **III**  **7-8 зал**  **9 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Перестроение в шеренгу, колон- ну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение  в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с выполнением фигур.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с кубиками.**  **II. Основные виды движений.**  1. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола.  2. Ходьба по гимнастической  скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.  3. Прыжки на правой и левой  ноге между предметами.  4. Игра «Волейбол» (двумя мячами).  **Подвижная игра** «Охотники и зайцы».  **III . Малоподвижная игра**  «Летает – не летает» | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки (проветривание помещения перед началом игровой и физкультурной деятельности).  *Социализация:* поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений.  *Труд:* учить детей постоянно убирать на свое место спортивный инвентарь.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного передвижения в помещении, поведения во время подлезания под шнур боком, прямо, ходьбы по гимнастической скамейке, прыжков на одной ноге, игры в волейбол.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | | | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (прыжки, игры в волейбол, перестроение в шеренгу, колонну); самостоятельно  и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, следит за осанкой; проявляет активность при участии в подвижной игре «Охотники и зайцы», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость,  удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики  под музыку | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** Упражнять в сохранении равновесия; прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; Развивать координацию движений  **Оздоровительная:** рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание  **Воспитательная:** воспитывать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. | | | | | |
| **IV**  **10- зал**  **11- досуг №**  **12 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение  в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с выполнением фигур.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с кубиком.**  **II. Основные виды движений.**  *Игровые задания:*  1. «Брось и поймай».  2. «Высоко и далеко».  3. «Ловкие ребята» (прыжки  через препятствие и на возвышение).  **Подвижные игры.**  1. «Больная птица».  2. «Мяч водящему».  3. «Горелки».  4. «Ловишки с ленточками».  5. «Найди свою пару».  6. «Кто скорей до флажка»  (ползание по скамейке)  **III.** спокойная ходьба  релаксация | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу.  *Социализация:* побуждать детей оценить свои действия и поведение во время проведения игр.  *Труд:* следить за опрятностью одежды и прически; учить убирать физкультурный инвентарь  и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Безопасность:* учить правилам использования спортивного инвентаря (кегли, мешки, мячи).  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время игровых заданий.  *Коммуникация:* обсуждать пользу закаливания и физической культуры.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить игры и упражнения под тексты стихотворений | | | 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 «Больная птица», «Мяч водящему», «Горелки», «Ловишки с ленточками», «Найди свою пару», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики;  выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные и литературные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя. Номер занятий** | | **Организация детской деятельности (этапы, виды)** | **Виды интеграции образовательных областей** | **Планируемые результаты развития интегративных качеств дошкольника** | |
| **ДЕКАБРЬ** | | | | | |
| **Программные**  **задачи** | **Образовательная:** учить ходьбе по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке, спуск по гимнастической стенке; ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, между предметами  **Оздоровительная:** формировать гигиенические навыки (предметы санитарной гигиены).  **Воспитательная:** воспитывать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр | | | | |
| **I**  **1-2 зал**  **3-на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом  в другую сторону, на сигнал  «Сделать фигуру». Ходьба  в полуприседе, широким шагом.  ***Общеразвивающие упражнения***  ***без предметов*.**  **II. Основные виды движений.**  1. Ходьба по наклонной доске,  закрепленной на гимнастической стенке, спуск по гимнастической стенке.  2. Ходьба по наклонной доске  боком, приставным шагом.  3. Перешагивание через бруски, шнур, справа и слева от него.  4. Перебрасывание мяча двумя  руками из-за головы, стоя  на коленях.  **Подвижная игра** «Кто  скорей до флажка».  **III. Малоподвижная игра**  «Сделай фигуру» | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки (предметы санитарной гигиены).  *Социализация:* побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр.  *Труд:* следить за опрятностью одежды и прически; учить убирать физкультурный инвентарь  и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Безопасность:* формировать навыки ориентироваться на местности (на территории детского сада, вокруг детского сада).  *Познание:* развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики, через мячи.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | | 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 «Кто скорее до флажка», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** учить перебрасыванию мяча двумя руками вверх и ловля после хлопка; прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места. Закреплять навыки и умения ходьбы с выполнением задания по сигналу; перестроения с одной колонны в две и три; Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры  **Оздоровительная:** проводить комплекс закаливающих процедур; знать предметы санитарии и гигиены  (мыло, расческа, полотенце и т. д.); формировать навык оказания первой помощи при травме.  **Воспитательная:** воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей. | | | |
| **II**  **4-5- зал**  **6-на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, бег по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал  «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом.  ***Общеразвивающие упражнения:*  без предметов**  **II. Основные виды движений.**  1. Перебрасывание мяча двумя  руками вверх и ловля после хлопка.  2. Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места.  3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.  4. Ходьба по гимнастической  скамейке с мешочком на голове.  **Подвижная игра**  «Охотники и зайцы».  **III. Малоподвижная игра**  «Летает – не летает» | *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека: формировать гигиенические навыки: приучать детей при раздевании складывать свои вещи в определенной последовательности на стульчик или в шкаф; проводить комплекс закаливающих процедур; знать предметы санитарии и гигиены  (мыло, расческа, полотенце и т. д.).  *Социализация:* побуждать детей к самооценке оценке действий и поведения сверстников  во время проведения игр.  *Труд:* учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале.  *Безопасность:* формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности.  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время подпрыгивания на двух ногах, считать до трех при перестроении в три колонны.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх, ползание по гимнастической скамейке, перебрасывание мяча друг другу); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (при раздевании складывает свои вещи в определенной последовательности на стульчик или в шкаф), знает предметы санитарии и гигиены; проявляет активность при участии в подвижной игре «Охотники и зайцы», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** учить лазанию по гимнастической стенке до верха; ползанию по гимнастической скамейке с мешочком на спине. Закреплять перестроение из одной колонны в две по ходу движения; Развивать ловкость и координацию в упражнениях с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги  **Оздоровительная:** формировать гигиенические навыки: аккуратно одеваться, проверяявсе застежки на одежде и опрятность своего внешнего вид; следить за осанкой при ходьбе; рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор  **Воспитательная:** воспитывать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх | | | |
| **III**  **7-8 зал**  **9 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом  в другую сторону, на сигнал  «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с кубиками**.  **II. Основные виды движений.**  1. Лазание по гимнастической стенке до верха.  2. Лазание разными способами, не пропуская реек.  3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове.  4. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.  5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу с хлопком перед ловлей.  **Подвижная игра**  «Хитрая лиса»  **III.** «Мыши за котом»  релаксация | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки: аккуратно одеваться, проверяявсе застежки на одежде и опрятность своего внешнего вид; следить за осанкой при ходьбе.  *Социализация:* поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений.  *Труд:* учить детей постоянно убирать на свое место спортивный инвентарь. *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время лазания разными способами, перебрасывания мяча друг другу, ходьбы по гимнастической скамейке, проведения подвижной игры.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить подвижную игру под текст стихотворения | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (лазание разными способами, перебрасывание мяча друг другу, ходьба по гимнастической скамейке); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого аккуратно одевается, проверяет все застежки на одежде и опрятность своего внешнего вида, следит за осанкой при ходьбе; проявляет активность при участии в подвижной игре «Хитрая лиса», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; прыжках и бросании малого мяча; ходьбе и беге с изменением направления; ползании по гимнастической скамейке; ходьбе и беге между предметами; перебрасывании мяча друг другу. Закреплять упражнения в сохранении равновесия, правильную осанку при ходьбе, умение энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия, пролезание в обруч, ходьбу со сменой темпа движения  **Оздоровительная:** формировать у детей представление о том, что быть чистым – красиво и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям  **Воспитательная:** воспитыватьсамостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх | | | |
| **IV**  **10-зал**  **11- досуг №**  **12 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, бег по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал  «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с флажками.**  **II. Основные виды движений.**  *Игровые задания:*  1. Перепрыгивания между препятствиями.  2. Подбрасывание и прокатывание мяча  в различных положениях.  3. «Ловкие обезьянки» (лазание).  4. «Акробаты в цирке».  5. «Догони пару».  6. Бросание мяча о стенку.  **Подвижные игры.**  1. «Пятнашки».  2. «Удочка».  3. «Хитрая лиса».  4. «Пас друг другу» (шайба,  клюшка).  5. «Перебежки».  6. «Пробеги, не задень»  **III**. спокойная ходьба  релаксация | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих  процедур; формировать у детей представление о том, что быть чистым – красиво и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям.  *Социализация:* создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества  ( доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).  *Труд:* учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений и игр.  *Безопасность:* учить правилам использования спортивного инвентаря (шайба, клюшка, мячи).  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время игровых заданий.  *Коммуникация:* обсуждать пользу закаливания и физической культуры.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить игры и упражнения под тексты стихотворений | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет  гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в играх с элементами соревнования, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку и чтение стихотворений | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя. Номер занятий** | | **Организация детской деятельности (этапы, виды)** | **Виды интеграции образовательных областей** | **Планируемые результаты развития интегративных качеств дошкольника** | |
| **ЯНВАРЬ** | | | | | |
| **Программные**  **задачи** | **Образовательная:** учить прыжкам на правой, левой ноге между кубиками; забрасыванию мяча в корзину. Развивать ловкость и глазомер. Закреплять навыки ходьбы и бега в чередовании; перестроение в колонну по одному и по два в движении  **Оздоровительная:** продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма  **Воспитательная:** воспитыватьнавыки безопасного поведения в спортивном зале, во время ходьбы по наклонной доске и подвижной игры. | | | | |
| **I**  **1-2 зал**  **3-на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег между кубиками,  положенными в шахматном порядке, по кругу, держась за шнур, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба с выполнением заданий. Бег врассыпную, с выполнением заданий,  в чередовании.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с мячом.**  **II. Основные виды движений.**  1. Ходьба по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см).  2. Прыжки на правой, левой ноге между кубиками.  3. Забрасывание мяча в корзину.  4. Стоя в шеренгах, перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди.  **Подвижная игра** «Медведь  и пчелы» (лазание).  **III. Малоподвижная игра**  «Найди и промолчи» | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу  *Социализация:* побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников  во время проведения игр.  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных упражнений.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале, во время ходьбы по наклонной доске и подвижной игры.  *Познание:* развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики, через мячи.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползанье, 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 «Медведь и пчелы», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции  (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** учитьползанию под дугами, подталкивая мяч головой; ходьбе с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны. Упражнять в сохранении равновесия; энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; беге до 3 минут;  **Оздоровительная:** рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека: формировать гигиенические навыки  **Воспитательная:** воспитывать у детей умениеоценивать свои действия во время подвижных игр. | | | |
| **II**  **4-5 - зал**  **6-на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег между кубиками,  положенными в шахматном порядке, по кругу, держась за шнур, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба с выполнением заданий. Бег врассыпную, с выполнением заданий, в чередовании.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с косичкой.**  **II. Основные виды движений.**  1. Прыжки в длину с места.  2. Ползание под дугами, подталкивая мяч головой.  3. Бросание мяча вверх двумя руками, снизу друг другу, от груди.  4. Пролезание в обруч боком.  5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны.  **Подвижная игра** «Птички и кошка».  **III. Малоподвижная игра** «Съедобное – несъедобное» | *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека: формировать гигиенические навыки: приучать детей при раздевании складывать свои вещи в определенной последовательности на стульчик или в шкаф; проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); знать предметы санитарии и гигиены (мыло, расческа, полотенце и т. д.).  *Социализация:* побуждать детей оценивать свои действия во время подвижных игр.  *Труд:* учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале.  *Безопасность:* формировать навыки ориентирования на местности (на территории детского сада, вокруг него), безопасного поведения во время ползания под дугами, пролезания в обруч, ходьбы с перешагиванием через набивные мячи, проведения подвижной игры.  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время бросания мяча.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ползание под дугами, пролезание в обруч, ходьба с перешагиванием через набивные мячи); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (складывает свои вещи в определенной последовательности на стульчик или в шкаф, знает предметы санитарии и гигиены); проявляет активность при участии  в подвижной игре «Птички и кошка», выполнении простейших танцевальных  движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** учить лазанию по гимнастической стенке одноименным способом; ведению мяча и забрасывание в баскетбольное кольцо. Развивать координацию движений в упражнениях с мячом; ориентировку в пространстве;  **Оздоровительная:** продолжатьдавать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы  организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде  **Воспитательная:** поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений | | | |
| **III**  **7-8 зал**  **9 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег между кубиками, положенными в шахматном порядке, по кругу, держась за шнур, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба с выполнением заданий. Бег врассыпную,  с выполнением заданий,  в чередовании.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с обручем.**  **II. Основные виды движений.**  1. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом.  2. Ходьба по гимнастической  скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой.  3. Прыжки через шнур – ноги врозь, ноги вместе.  4. Ведение мяча и забрасывание  в баскетбольное кольцо.  **Подвижная игра** «Хитрая  лиса»  **III. Малоподвижная игра**  «Угадай, что изменилось» | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки: аккуратно одеваться, проверяя все застежки на одежде и опрятность своего внешнего вида; следить за осанкой при ходьбе.  *Социализация:* поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений.  *Труд:* учить следить за чистотой физкультурного инвентаря.  *Безопасность:* формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности.  *Коммуникация:* поощрять проговаривание действий и названия упражнений в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить подвижную игру под текст стихотворения | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (лазание, ходьба, прыжки, ведение мяча); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (аккуратно одевается, проверяя все застежки на одежде и опрятность своего внешнего вида; следит за осанкой при ходьбе); проявляет активность при участии в подвижной игре «Хитрая лиса», выполнении  простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений  ритмической гимнастики | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** Закреплять ходьбу с изменением направления; навык ведения мяча в прямом направлении; метание в вертикальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; лазание по гимнастической стенке одноименным способом. Повторить ходьба и бег с ускорением и замедлением; упражнения на сохранение равновесия;  **Оздоровительная:** осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки,  познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.  **Воспитательная:** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). | | | |
| **IV**  **10- зал**  **11- досуг №**  **12 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег между кубиками,  положенными в шахматном порядке, по кругу, держась за шнур, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба с выполнением заданий. Бег врассыпную,  с выполнением заданий,  в чередовании.  ***Общеразвивающие упражнения:***  **без предметов.**  **II. Основные виды движений.**  *Игровые задания:*  1. Волейбол через сетку.  2. Пас друг другу мячом.  3. Ходьба по гимнастической  скамейке, отбивая мяч о пол.  4. «Мой веселый звонкий мяч».  5. «Точный бросок».  **Подвижные игры.**  1. «Мышеловка».  2. «Мяч водящему».  3. «Ловишки с ленточками».  4. «Не оставайся на полу».  5. «Пожарные на учениях».  6. «Найди свой цвет»  **III**. Спокойная ходьба  релаксация | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать у детей представление о том, что быть чистым – красиво и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям.  *Социализация:* создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).  *Труд:* учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений и игр.  *Безопасность:* учить правилам использования спортивного инвентаря (кегли, мешки, мячи,  кубики, шнур).  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время игровых заданий.  *Коммуникация:* обсуждать пользу закаливания и физической культуры.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить игры и упражнения под тексты стихотворений | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет  гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в играх с элементами соревнования, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку и чтение стихотворений | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя. Номер занятий** | | **Организация детской деятельности (этапы, виды)** | **Виды интеграции образовательных областей** | **Планируемые результаты развития интегративных качеств дошкольника** | |
| **ФЕВРАЛЬ** | | | | | |
| **Программные**  **задачи** | **Образовательная:** учить забрасыванию мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы, от груди, с ведением мяча правой и левой рукой. Упражнять в сохранении равновесия; прыжках; бросании мяча; Развивать координацию движений  **Оздоровительная:** создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений  **Воспитательная:** воспитывать взаимовыручку,способствовать участию детей в совместных играх | | | | |
| **I**  **1-2 зал**  **3-на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег врассыпную, в колонне по одному, бег до 1,5 минут с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, проверка осанки и равновесия, построение  в три колонны, бег до 2 минут, ходьба с выполнением заданий на внимание.  ***Общеразвивающие упражнения:*  без предметов**.  **II. Основные виды движений.**  1. Ходьба по наклонной доске, бег, спуск шагом.  2. Перепрыгивание через бруски толчком обеих ног прямо, правым и левым боком.  3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы, от груди, с ведением мяча правой и левой рукой.  **Подвижная игра**  «Веселые ребята».  **III. Малоподвижная игра**  «Зима» (мороз – стоять, вьюга – бегать, снег – кружиться,  метель – присесть) | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу.  *Социализация:* побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников  во время проведения игр.  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных  упражнений.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале и во время ходьбы по наклонной доске, подвижной игры.  *Познание:* развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики, через мячи.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет  гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в подвижной игре «Веселые ребята», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** учить метанию мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой; подбрасыванию мяча одной рукой, ловля двумя руками. Закреплять навыки ходьбы с выполнением заданий на внимание, и бега по кругу, с преодолением препятствий, между предметами  **Оздоровительная:** воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.  **Воспитательная:** воспитывать удетей активность в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика. | | | |
| **II**  **4-5 - зал**  **6-на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег врассыпную,  в колонне по одному, бег до 1,5 минут с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны, бег до 2 минут, ходьба с выполнением заданий на внимание.  ***Общеразвивающие упражнения:***  **с мячом.**  **II. Основные виды движений.**  1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой.  2. Ползание под палку, перешагивание через нее (высота 40 см).  3. Прыжки на двух ногах через  косички.  4. Подбрасывание мяча одной  рукой, ловля двумя руками.  5. Прыжки в длину с места.  **Подвижная игра** «Карусель».  **III. Малоподвижная игра** «Стоп» | *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека: формировать гигиенические навыки: приучать детей при раздевании складывать свои вещи в определенной последовательности на стульчик или в шкаф; проводить комплекс закаливающих процедур; знать предметы санитарии и гигиены (мыло, расческа, полотенце и т. д.).  *Социализация:* побуждать детей оценивать свои действия во время подвижных игр.  *Труд:* учить детей постоянно и своевременно порядок в физкультурном зале.  *Безопасность:* формировать навыки ориентироваться на местности (на территории детского сада, вокруг него), безопасного поведения во время ползания под палку, прыжков, метания, подбрасывания мяча, проведения подвижной игры.  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время бросания мяча.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ползание под палку, прыжки, метание, подбрасывание мяча); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (складывает свои вещи в определенной последовательности на стульчик или в шкаф, знает предметы санитарии и гигиены); проявляет активность при участии  в подвижной игре «Карусель», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** учить лазанию по гимнастической стенке одним и разными способами; подбрасыванию мяча и ловля его правой и левой рукой. Закреплять навыки и умения ходьбы с выполнением задания по сигналу; перестроения с одной колонны в две и три; соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие.  **Оздоровительная:** продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.  **Воспитательная:** воспитывать проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений | | | |
| **III**  **7-8 зал**  **9 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег врассыпную,  в колонне по одному, бег до 1,5 минут с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны, бег до 2 минут, ходьба с выполнением заданий на внимание.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с гантелями**.  **II. Основные виды движений.**  1. Лазание по гимнастической стенке одним и разными способами.  2. Ходьба по гимнастической  скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой,  руки за головой.  3. Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными  в один ряд.  4. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой.  **Подвижная игра** «Самолеты».  **III. Малоподвижная игра.**  Ходьба в колонне по одному | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки: аккуратно одеваться, проверяя все застежки на одежде и опрятность своего внешнего вид; следить за осанкой при ходьбе.  *Социализация:* поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений.  *Труд:* учить следить за чистотой физкультурного инвентаря.  *Безопасность:* формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности.  *Коммуникация:* поощрять проговаривание действий и название упражнений в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить подвижную игру под текст стихотворения | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (лазанье, ходьба, бег, прыжки, подбрасывание мяча); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, аккуратно одевается, проверяя все застежки на одежде и опрятность своего внешнего вида; следит за осанкой при ходьбе; проявляет активность при участии в подвижной игре «Самолеты»,  в выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики и подвижной игры | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** Закреплять перестроение из одной колонны в две по ходу движения;  Развивать ловкость и координацию в упражнениях с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги; Повторить: упражнения на равновесие;  **Оздоровительная:** формировать у детей представление о том, что быть чистым – красиво и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям.  **Воспитательная:** воспитывать развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх | | | |
| **IV**  **10- зал**  **11 – досуг №**  **12 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег врассыпную,  в колонне по одному, бег до 1,5 минут с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны, бег до 2 минут, ходьба с выполнением заданий на внимание.  ***Общеразвивающие упражнения:***  **без предметов**.  **II. Основные виды движений.**  *Игровые задания:*  1. «Проползи – не урони».  2. Ползание на четвереньках  между кеглями.  3. «Дни недели».  4. «Мяч среднему» (круг).  5. «Покажи цель».  **Подвижные игры.**  1. «Прыгни и присядь».  2. «Ловкая пара».  3. «Догони мяч» (по кругу).  4. «Мяч через обруч».  5. «С кочки на кочку».  6. «Не оставайся на полу»  **III.** Спокойная ходьба  релаксация | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать у детей представление о том, что быть чистым – красиво и полезно для здоровья, а грязь способствует заболеваниям.  *Социализация:* создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).  *Труд:* учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений и игр.  *Безопасность:* учить правилам использования спортивного инвентаря (кегли, мешки, мячи,  кубики, шнур).  *Познание:* развивать восприятие предметов  по расположению в пространстве во время игровых заданий.  *Коммуникация:* обсуждать пользу закаливания  и физической культуры.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить игры и упражнения под тексты стихотворений | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет  гигиенические процедуры, контролирует свое самочувствие во время проведения упражнений и подвижных игр; проявляет активность при участии в играх с элементами соревнования, в выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики и игр | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя. Номер занятий** | | **Организация детской деятельности (этапы, виды)** | **Виды интеграции образовательных областей** | **Планируемые результаты развития интегративных качеств дошкольника** | |
| **МАРТ** | | | | | |
| **Программные**  **задачи** | **Образовательная:** учить перебрасыванию мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками с хлопком в ладоши; ходьбе по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; ходьбе и беге с изменением направления; перебрасывании мяча друг другу. Развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цел  **Оздоровительная:** осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.  **Воспитательная:** воспитывать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила | | | | |
| **I**  **1-2 зал**  **3-на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба в колонне по одному,  на сигнал поворот в другую сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по четыре.  ***Общеразвивающие упражнения*:  с обручем.**  **II. Основные виды движений.**  1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове.  2. Прыжки из обруча в обруч,  через набивные мячи.  3. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками с хлопком в ладоши.  4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.  **Подвижная игра** «Гуси - лебеди».  **III. Малоподвижная игра.** Эстафета «Мяч ведущему» | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  *Социализация:* создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных  занятий.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время проведения прыжков  из обруча в обруч, ходьбы с перешагиванием через набивные мячи, при перебрасывании мячей.  *Познание:* развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы в колонне по одному.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (прыжки из обруча в обруч, ходьба с перешагиванием, через набивные мячи, перебрасывание мячей); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в подвижной игре «Гуси - лебеди», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики;  выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** учить прыжку в высоту с разбега; метанию мешочков в цель правой и левой рукой. Закреплять навыки ходьбы и бега в чередовании; Развивать координацию движений; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании.  **Оздоровительная:** рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр  **Воспитательная:** воспитывать у детей самооценку действий и поведения сверстников во время проведения игр. | | | |
| **II**  **4-5 - зал**  **6-на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба в колонне по одному,  на сигнал поворот в другую  сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному  и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по четыре.  ***Общеразвивающие упражнения:***  **с мячом.**  **II. Основные виды движений.**  1. Прыжок в высоту с разбега  (высота 30 см).  2. Метание мешочков в цель  правой и левой рукой.  3. Ползание на четвереньках  и прыжки на двух ногах между  кеглями.  4. Ползание по скамейке  «по-медвежьи».  **Подвижная игра**  «Медведь и пчелы».  **III.. Малоподвижная игра.**  Ходьба в колонне по одному | *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; проводить комплекс закаливающих процедур; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу.  *Социализация:* побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников  во время проведения игр.  *Труд:* учить детей постоянно и своевременно  поддерживать порядок в физкультурном зале.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения при выполнении прыжков в высоту  с разбега, ползание на четвереньках, по скамейке, метание, ходьба в колонне.  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время перестроения в колонну, считать до двух.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Музыка:* сопровождать игровые упражнения музыкой | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (прыжки в высоту с разбега, ползание на четвереньках, по скамейке, метание, ходьба в колонне); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (складывает свои вещи в определенной последовательности на стульчик или в шкаф, знает предметы санитарии и гигиены); проявляет активность при участии  в подвижной игре «Медведь и пчелы», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической  Гимнастики | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** учить прыжкам правым и левым боком через косички (40 см) из обруча в обруч на одной и двух ногах; подлезанию под дугу из 4–5 обручей подряд, не касаясь руками пола. Закреплять ходьбу с изменением направления; бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг, метание в горизонтальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу;  **Оздоровительная:** воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.  **Воспитательная:** воспитывать проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений | | | |
| **III**  **7-8 зал**  **9 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба в колонне по одному,  на сигнал поворот в другую  сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение  в колонну по четыре.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с флажками**  **II. Основные виды движений.**  1. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше.  2. Прыжки правым и левым боком через косички (40 см), из обруча в обруч на одной и двух ногах.  3. Метание мешочка в горизонтальную цель.  4. Подлезание под дугу из 4–5 обручей подряд, не касаясь руками пола.  **Подвижная игра**  «Не оставайся на полу».  **III. Малоподвижная игра**  «Угадай по голосу» | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих  процедур; формировать гигиенические навыки (мытье рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр); следить за осанкой при ходьбе.  *Социализация:* поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений.  *Труд:* учить детей постоянно убирать на свое место спортивный инвентарь.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, прыжков правым и левым боком, метания, подлезания под дугу, не касаясь руками.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность  детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить подвижную игру под текст стихотворения | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, прыжки правым  и левым боком, метание, подлезание под дугу, не касаясь руками); 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 подвижной игре «Не оставайся на полу», в выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики;  выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики и подвижной игры | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** Закреплять навык ходьбы и бега в колонне по одному, на сигнал поворот в другую сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Упражнять в сохранении равновесия; прыжках; бросании мяча; Развивать координацию движений  **Оздоровительная:** расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  **Воспитательная:** воспитывать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила | | | |
| **IV**  **10- зал**  **11 – досуг №**  **12 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба в колонне по одному,  на сигнал поворот в другую  сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по четыре.  ***Общеразвивающие упражнения:***  **без предметов**.  **II. Основные виды движений.**  *Игровые задания:*  1. «Кто выше прыгнет?».  2. «Кто точно бросит?».  3. «Не урони мешочек».  4. «Перетяни к себе».  5. «Кати в цель».  6. «Ловишки с мячом».  **. Подвижные игры.**  1. «Больная птица».  2. «Переправься по кочкам».  3. «Удочка».  4. «Проползи – не задень».  5. Передача мяча над головой.  6. «Мяч ведущему»  **III.** Спокойная ходьба  релаксация | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  *Социализация:* побуждать детей оценить свои действия и поведение по отношению к другим участникам игры.  *Труд:* учить следить за чистотой физкультурного инвентаря.  *Безопасность:* учить правилам использования спортивного инвентаря (бруски, мячи).  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время игровых заданий.  *Коммуникация:* обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимнастики, зависимость здоровья от правильного питания.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить игры и упражнения под тексты стихотворений | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползанье, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, контролирует свое самочувствие во время проведения упражнений и подвижных игр; проявляет активность при участии  в играх с элементами соревнования, в выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики и игр | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя. Номер занятий** | | **Организация детской деятельности (этапы, виды)** | **Виды интеграции образовательных областей** | **Планируемые результаты развития интегративных качеств дошкольника** |
| **АПРЕЛЬ** | | | | |
| **Программные**  **задачи** |  | | | |
| **I**  **1-2 зал**  **3-на воздухе**  **№** | | **мониторинг** | | |
| **Программные**  **задачи** | |  | | |
| **II**  **4-5 - зал**  **6-на воздухе**  **№** | | **мониторинг** | | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** учить ходьбе по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове; прыжкам через шнуры слева и справа, продвигаясь вперед. Закреплять навыки и умения ходьбы по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами, соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры.  **Оздоровительная:** формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью  **Воспитательная:** воспитывать активность у детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика | | |
| **III**  **7-8 зал**  **9 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с косичкой.**  **II. Основные виды движений.**  1. Лазание по гимнастической стенке одним способом.  2. Прыжки через скакалку.  3. Ходьба по канату боком,  приставным шагом с мешочком на голове.  4. Прыжки через шнуры слева  и справа, продвигаясь вперед.  **Подвижная игра**  «Охотники и зайцы».  **III. Малоподвижная игра**  «Кто ушел» | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки (мытье рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр); следить за осанкой при ходьбе.  *Социализация:* поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений.  *Труд:* учить детей постоянно убирать на свое место спортивный инвентарь.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время лазанья по гимнастической стенке, прыжков через скакалку, ходьбы по канату боком приставным шагом.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить подвижную игру под текст стихотворения | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (лазанье по гимнастической стенке, прыжки через скакалку, ходьба по канату боком приставным шагом); 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 подвижной игре «Охотники и зайцы», в выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики и подвижной игры |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная**: учить ходьбе по гимнастической скамейке с поворотом на 360° на середине, с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной; подбрасыванию маленького мяча одной рукой и ловля двумя после отскока от пола.  **Оздоровительная:** расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  **Воспитательная:** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). | | |
| **IV**  **10- зал**  **11 – досуг №**  **12 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами.  ***Общеразвивающие упражнения:***  **без предметов.**  **II. Основные виды движений.**  1. Ходьба по гимнастической  скамейке с поворотом на 360° на середине, с передачей мяча  на каждый шаг перед собой  и за спиной.  2. Прыжки из обруча в обруч  на двух ногах правым и левым  боком.  3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.  4. Подбрасывание маленького  мяча одной рукой и ловля двумя после отскока от пола.  **Подвижная игра** «Медведь  и пчелы».  **III. Малоподвижная игра**  «Сделай фигуру» | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  *Социализация:* создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и ,оборудование при проведении физкультурных  занятий.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы по гимнастической скамейке, метания мяча в вертикальную цель, ходьбе и бегу по кругу.  *Познание:* развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба по гимнастической скамейке, метание мяча в вертикальную цель, ходьба и бег по кругу); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в подвижной игре «Медведь и пчелы», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя. Номер занятий** | | **Организация детской деятельности (этапы, виды)** | **Виды интеграции образовательных областей** | **Планируемые результаты развития интегративных качеств дошкольника** | |
| **МАЙ** | | | | | |
| **Программные**  **задачи** | **Образовательная:** учить ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи лицом, боком; прыжкам с продвижением вперед, с ноги на ногу, на двух ногах. Закреплять бег и ходьба с поворотом в другую сторону; перебрасыванию мяча друг другу и ловля после отскока от пола.  Развивать ловкость и координацию в упражнениях с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги  **Оздоровительная:** расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  **Воспитательная:** воспитывать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика. | | | | |
| **I**  **1-2 зал**  **3-на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег между предметами; врассыпную между предметами; бег и ходьба с поворотом в другую сторону.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с кубиками**.  **II. Основные виды движений.**  1. Ходьба по гимнастической  скамейке, перешагивая через набивные мячи лицом, боком.  2. Прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу, на двух ногах.  3. Перебрасывание мяча друг  другу и ловля после отскока от пола.  **Подвижная игра**  «Зайцы и волк».  **III. Малоподвижная игра**  «Что изменилось?» | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  *Социализация:* создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных  занятий.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы, бега, прыжков, при перебрасывании мяча.  *Познание:* развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы в колонне по одному.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность  детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку | | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, прыжки, перебрасывание мяча); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические  и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в подвижной игре «Зайцы и волк», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** Учить прыжкам в длину с разбега; ходьбе и беге между предметами; врассыпную между предметами; Закреплять упражнения в сохранении равновесия, правильную осанку, умение энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия, ходьбу со сменой темпа движения. Развивать ловкость и глазомер.  **Оздоровительная:** воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.  **Воспитательная: воспитывать у** детей к самооценку и оценку действий и поведения сверстников во время проведения игр. | | | |
| **II**  **4-5 зал**  **6-на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег между предметами; врассыпную между предметами; бег и ходьба с поворотом в другую сторону.  ***Общеразвивающие упражнения:*  с обручем.**  **II. Основные виды движений.**  1. Прыжки в длину с разбега.  2. Ползание по скамейке  «по-медвежьи».  3. Подлезание под дугу.  4. Перебрасывание мяча друг другу от груди.  5. Забрасывание мяча в кольцо  (баскетбол).  **Подвижная игра** «Веселые ребята».  **III. Малоподвижная игра**   «Эхо»  релаксация | *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; проводить комплекс закаливающих процедур; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу.  *Социализация:* побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников  во время проведения игр.  *Труд:* учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения при выполнении прыжков в длину  с разбега, ползание по скамейке, метание, ходьба и бег между предметами и с поворотами.  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время перестроения в колонну, считать до двух.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Музыка:* сопровождать игровые упражнения музыкой | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (прыжки  в длину с разбега, ползание по скамейке, метание, ходьба и бег между предметами и с поворотами); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры  (складывает свои вещи в определенной последовательности на стульчик или в шкаф, знает предметы санитарии и гигиены); проявляет активность при участии в подвижной игре «Веселые ребята», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает  положительные эмоции (радость,  удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** Учить ходьбе по гимнастической скамейке, ударяя мячом о пол, и ловля его двумя руками; Закреплять навыки ходьбы и бега в чередовании; Упражнять в сохранении равновесия; энергичном отталкивании в прыжках; беге до 3 минут; Развивать координацию движений в упражнениях с мячом; ориентировку в пространстве;  **Оздоровительная:** продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.  **Воспитательная:** воспитывать проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений | | | |
| **III**  **7-8 зал**  **9 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег между предметами; врассыпную между предметами; бег и ходьба с поворотом в другую сторону.  ***Общеразвивающие упражнения:***  **с гимнастической палкой**.  **II. Основные виды движений.**  1. Ходьба по гимнастической  скамейке, ударяя мячом о пол,  и ловля его двумя руками.  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.  3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи по скамейке.  4. Прыжки на левой и правой  ноге между кеглями.  **Подвижная игра** «Самолеты».  **III. Малоподвижная игра**  «Тише едешь – дальше будешь»  релаксация | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих  процедур; формировать гигиенические навыки (мытье рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр); следить за осанкой при ходьбе.  *Социализация:* поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений.  *Труд:* учить детей постоянно убирать на свое  место спортивный инвентарь.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы и ползания по гимнастической скамейке, прыжков на одной ноге, проведения подвижной игры.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить подвижную игру под текст стихотворения | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание через три обруча, прыжки на двух 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 одевается и раздевается; соблюдает порядок  в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижной игре  «Перемени предмет», в выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики;  выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики и подвижной игры | |
| **Программные**  **задачи** | | **Образовательная:** Закреплять ходьбу с изменением направления; навык ведения мяча в прямом направлении; метание в цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу;  Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьба и бег с ускорением и замедлением; упражнения на сохранение равновесия; Совершенствовать прыжки со скакалкой  **Оздоровительная:** расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  **Воспитательная:** воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей. | | | |
| **IV**  **10 зал**  **11 – досуг №**  **12 на воздухе**  **№** | | **I. Вводная часть.**  Ходьба и бег между предметами; врассыпную между предметами;  бег и ходьба с поворотом в другую сторону.  ***Общеразвивающие упражнения:*  без предметов.**  **II. Основные виды движений.**  *Игровые задания:*  1. «Проведи мяч» (футбол).  2. «Пас друг другу».  3. «Отбей волан».  4. «Прокати – не урони» (обруч).  5. «Забрось в кольцо».  6. «Мяч о пол».  **Подвижные игры.**  1. «Чья команда дальше прыгнет?»  2. «Посадка овощей».  3. Бег через скакалку.  4. «Горные спасатели».  5. «Больная птица»  **III.** Спокойная ходьба  релаксация | *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих  процедур; расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  *Социализация:* побуждать детей оценить свои действия и поведение по отношению к другим участникам игры.  *Труд:* учить следить за чистотой физкультурного инвентаря.  *Безопасность:* учить правилам использования спортивного инвентаря (бруски, мячи).  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время игровых заданий.  *Коммуникация:* обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимнастики, зависимость здоровья от правильного питания.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.  *Чтение художественной литературы:* проводить игры и упражнения под тексты стихотворений | Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, контролирует свое самочувствие во время проведения упражнений и подвижных игр; проявляет активность при участии  в играх с элементами соревнования,  в выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики и игр | |