МДОУ д/с № 18 «Малыш»

**Комплексно-тематическое планирование НОД по физической культуре**

**Старшая группа**

2014-2015 уч. год

|  |
| --- |
|  |

**сентябрь**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | **Интеграция** **образовательных областей** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я неделя** |
| ***Здоровье:*** Проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу***Социализация:*** Побуждать детей к самооценке и оценке действий***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.***Коммуникация:*** поощрять речевую активность детей в процессе двиг. активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня***Труд:*** убирать сп.инвентарь при проведении физ.упр ***Познание:*** формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижных играх; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку. |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена |
| **ОРУ** | Без предметов | С мячом | С палками | С палками |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики.2. Прыжки на двух ногах с продвижение вперед до кубика.3. Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах.4. Ходьба по гимнастической скамье с перешагиванием через набивные мячи.5.Перебрасывание друг другу малого мяча о пол по середине. | 1. Прыжки на двух ногах «Достань до предмета»2. Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах.3. Ползание на четвереньках по гимнастической скамье с опорой на ладони и колени.4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове5.Бросани е мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками с хлопком в ладоши. | 1. Бросание мяча вверх, отбивание о пол и ловля его двумя руками.2. Ползание по скамье на животе, подтягиваясь двумя руками.3. Ходьба по канату приставным шагом.4. Перебрасывание мяча друг другу5.Ходьба по канату приставным шагом с мешочком на голове. | 1. Бросание мяча вверх, отбивание о пол и ловля его двумя руками.2. Ползание по скамье на животе, подтягиваясь двумя руками.3. Ходьба по канату приставным шагом.4. Игровое упражнение:1. «Передай мяч»2. «Не задень» |
| **Подвижные игры** | «Мышеловка» | «Ловишки» | «Удочка» | «Мы – веселые ребята» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «У кого мяч?» | «Найди и промолчи»Спокойная ходьба в колонне по одному | «Найди и промолчи»Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения | «Найди, где спрятано» |

**ОКТЯБРЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | **Интеграция** **образовательных областей** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я/5-я неделя** |
| ***Здоровье:***; проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух).***Социализация:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).***Коммуникация*** обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания***Труд:*** учить следить за чистотой спортивного инвентаря***Познание:*** развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи.***Музыка:***вводить элементы ритмической гимнастик; проводить игры и упражнения под музыку |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание ,прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку. |
| **Вводная часть** | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы. |
| **ОРУ** | С кеглями | С кеглями | Без предметов | Без предметов |
| **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, подлезание под дугу прямо и боком | 1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики.2. Прыжки на двух ногах ч/з шнуры, прямо, боком3 Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.4. Ходьба по скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше. | 1. Пролезание через три обруча (прямо, боком).2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком..3. Перелезание с преодолением препятствия.4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч | 1.Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка2..Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед3.Перебрасывание мяча друг другу, сидя по-турецки4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису |
| **Подвижные игры** | «Ловишки» | «Мы – веселые ребята» | «Найди свой цвет» | «Перелет приц»  |
| **Малоподвижные игры** | Упражнение «Кто перепрыгнет ручеек в самом широком месте» | «У кого мяч» | Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения | «Летает-не летает». |

**НОЯБРЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | **Интеграция** **образовательных областей** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Перелетные птицы»** | **2-я неделя****«Одежда. Обувь + материалы»** | **3-я неделя****«Одежда. Головные уборы»** | **4-я неделя****«Ателье»** |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.***Социализация:*** побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега врассыпную.***Познание:*** ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений(влево-вправо, вверх-вниз)***Труд:*** Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упр.ритм.гимн.и п/и. |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал |
| **ОРУ** | С малым мячомПензулаева Л.И. ст гр. стр.40-41 | Без предметаПензулаева Л.И. ст. гр. стр.43 | С мячом большого диаметраПензулаева Л.И. ст. гр. стр.45 | На гимнастической скамейкеПензулаева Л.И. ст. гр. стр.47 |
| **Основные виды движений** | 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками2.Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч4. Бег по наклонной доске | 1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета»2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы  | 1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе3. Прыжки с места на мат, прыжки на правой и левой ноге между предметами4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо | 1.Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками2.Спрыгивание со скамейки на мат.3.Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя4.Лазание по гимн. стенке разноименным способом |
| **Подвижные игры** | «Не оставайся на полу» | «Круговая лапта» | «Платочек» | «Эстафета парами» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Угадай по голосу» | «Пропавшие ручки» | «Найди, где спрятано» | «Две ладошки».(музыкальная) |

**ДЕКАБРЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | **Интеграция** **образовательных областей** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Зима. Зимние забавы»** | **2-я неделя****«Мебель. Материалы для мебели»** | **3-я неделя****«Семья. Мой поселок»** | **4-я неделя****«Новый год»** |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой.***Социализация:*** формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками***Коммуникация:*** обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.***Безопасность*:** учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.***Труд:*** Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям. |
| **Вводная часть** |  Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения |
| **ОРУ** | С обручемПензулаева Л.И. ст. гр. стр.50 | С флажкамиПензулаева Л.И. ст. гр. стр.52 | Без предметовПензулаева Л.И. ст. гр. стр.54 | Без предметовПензулаева Л.И. ст. гр. стр.56 |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки со скамейки (20см) на мат2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке3. Перешагивание через бруски, справа и слева от него4. Прокатывание мячей между предметами.5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см) | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине) | 1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз).2. Метание мешочков вдаль.3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | 1.Ходьба по гимн. скамейке с перекатом мяча по талии 2. Прыжки с разбега на мат3. Метание вдаль 4.Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка)  |
| **Подвижные игры** | «Мороз Красный нос» | «Уголки» | «Ключи» | «Два Мороза» |
| **Малоподвижные игры** | Ходьба «Конькобежцы» | «Береги мебель» | «Назови предметы» (назвать мелкий физкультурный домашний инвентарь) | Игровое упражнение «Снежная королева» |

 **ЯНВАРЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | **Интеграция** **образовательных областей** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я - 2-я неделя****Каникулы**  | **3-я неделя****«Зимующие птицы»** | **4-я неделя****«Дикие животные зимой»****«Почта»** |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босикомпо ребристой поверхности.***Коммуникация:*** обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.***Социализация:***формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.***Познание:***формировать умение двигаться в заданномнаправлении, используя систему отсчёта.***Музыка:***учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег |
| **ОРУ** | С кубикамиПензулаева Л.И. ст. гр. стр 60 | Со шнуромПензулаева Л.И. ст. гр. стр.62 | На гимнастической скамейкеПензулаева Л.И. ст. гр. стр.65 | С обручемПензулаева Л.И. ст. гр. стр.66 |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по наклонной доске(40см).2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками.3. Попади в обруч (правой и левой) 4. Ходьба по гимн. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую | 1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове.2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису3. Прыжки в длину с места4.Метание в цель | 1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, по гимн скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть.3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»4.Метание вдаль | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки2.Прыжки в длину с места.3. Метание мяча в вертикальную цель4. Пролезание в обруч правым и левым боком |
| **Подвижные игры** | «Ловишка с мячом» | «Мышеловка» | «Совушка» | «Звериная зарядка» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Ножки отдыхают».Массаж стоп мячами ежиками | «Зимушка-зима». | Игровое упражнение «Веселые воробышки» | «Почта» |

**ФЕВРАЛЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | **Интеграция** **образовательных областей** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Транспорт»** | **2-я неделя****«Обитатели уголка природы»** | **3-я неделя****«Наша армия»** | **4-я неделя****«Правила дорожного движения»** |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.***Социализация:*** побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр ***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.***Познание:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |
| **Вводная часть** | Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий |
| **ОРУ** | С гимнастической палкойПензулаева Л.И. ст. гр. стр.69 | С большим мячомПензулаева Л.И. ст. гр. стр.71 | На гимнастической скамейкеПензулаева Л.И. ст. гр. стр.73 | Без предметовПензулаева Л.И. ст. гр. стр.74 |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики2. Прыжки через скакалку (неподвижную).3. Прокатывание мяча между кеглями4. Ползание по пластунски до обозначенного места | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м) | 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке2. Прыжки через бруски правым боком3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками.3. Прыжки через скамейку4. Лазание по гимнастической стенке |
| **Подвижные игры** | «Автомобили» | «Охотники и зайцы» | «У солдат порядок строгий» | «Запрещенное движение» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Поезд» | «Четыре стихии». | Игровое упражнение: «Снайперы» | «Светофор» |

**МАРТ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | **Интеграция** **образовательных областей** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Мамин праздник»** | **2-я неделя****«Весна»** | **3-я неделя****«Профессии. Электроприборы – помощники в труде»** | **4-я неделя****«Продукты питания +Здоровье»** |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.***Социализация:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.***Познание:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |
| **Вводная часть** | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы |
| **ОРУ** | С малым мячомПензулаева Л.И. ст. гр. стр.78 | Без предметовПензулаева Л.И. ст. гр. стр.80 | С кубикамиПензулаева Л.И. ст. гр. стр.82 | С обручемПензулаева Л.И. ст. гр. стр.84 |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола(расстояние 1,5м).3. Прыжки из обруча в обруч 4. Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой.3. Пролезание в обручи4. Прыжок в высоту с разбега | 1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола3. Ползание по скамейке по-медвежьи4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.5. Подлезание под дугу | 1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом2. Метание в горизонтальную цель3. Прыжки со скамейки на мат4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом |
| **Подвижные игры** | Эстафета «Собери цветы» | «Собери ручейки в речку» | «Пожарные на ученье» | «Зайка серый умывается» |
| **Малоподвиж-ные игры** | Психогимнастика «Ласкушенька» | «Солнышко, заборчик, камешки» | «Маляры» | Упражнение «Лучистые глазки» |

**АПРЕЛЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | **Интеграция** **образовательных областей** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Откуда хлеб пришел»** | **2-я неделя****«День космонавтики»** | **3-я неделя****«Посуда. Материалы для посуды»** | **4-я/5-я неделя****«Россия. Столица нашей Родины»****«Домашние животные и их детеныши»** |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.***Социализация:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.***Познание:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |
| **Вводная часть** | Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево |
| **ОРУ** | С гимнастической палкойПензулаева Л.И. ст. гр. стр.87 | С короткой скакалкойПензулаева Л.И. ст. гр. стр.89 | С малым мячомПензулаева Л.И. ст. гр. стр.91 | Без предметовПензулаева Л.И. ст. гр. стр.93 |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на кругом и передачей мяча перед собой на каждый шаг2. Прыжки из обруча в обруч.3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой4. Вис на гимнастической стенке | 1. Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием малого мяча перед собой2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями4. Прыжки в высоту  | 1. Ходьба по скамейке спиной вперед2. Прыжки через скакалку3. Метание вдаль набивного мяча4. Ползание по туннелю.5. Прокатывание обручей друг другу | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками.3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет4. Прыжки через длинную скакалку |
| **Подвижные игры** | «Медведи и пчелы» | «Полет» | Эстафета «Картошка в ложке» | «Ловишка с ленточками |
| **Малоподвиж-ные игры** | Забавное упражнение «Березка» | «Кто на чем полетит» | Дыхательное упражнение «Буря в стакане» | Народная игра «12 палочек» |

**МАЙ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | **Интеграция** **образовательных областей** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«День Победы»** | **2-я неделя****«Человек. Солнце, воздух и вода – наши друзья»** | **3-я неделя****«Насекомые. Пресмыкающиеся»** | **4-я неделя****«Лето на лугу, в лесу, в саду и на огороде»** |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.***Социализация:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.***Познание:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед |
| **ОРУ** | Без предметовПензулаева Л.И. ст. гр. стр.96 | С флажкамиПензулаева Л.И. ст. гр. стр.97 | С мячомПензулаева Л.И. ст. гр. стр.99 | С обручемПензулаева Л.И. ст. гр. стр.101 |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.2. Прыжки в длину с разбега).3. Метание набивного мяча.4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы.4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед | 1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски.4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию | 1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед4.Лазание по гимнастической стенке |
| **Подвижные игры** | «Разведчики» | «Парашют» (с бегом) | «Медведь и пчелы» | Эстафета «Дружба» |
| **Малоподвиж-ные игры** | Игровое упражнение «Меткие стрелки» | «Море волнуется» | Игровое упражнение «Муравьи» | Игра с парашютом |

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ**

Планирование занятий по физическому воспитанию дошкольников старшей группы отвечает следующим программным требованиям:

* продолжать работу по укреплению и охране здоровья детей, создавать условия для формирования правильной осанки, формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их, воспитания гигие­нических навыков;
* совершенствовать пространственную ориентировку детей;
* поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях;
* способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

К концу года дети должны уметь:

* Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
* Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м), с изменением темпа.
* Прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты (не менее 40 см); прыгать через короткую и длинную скакалку.
* Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-6 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м), владеть школой мяча.
* Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
* Перестраиваться в колонну по трое, четверо, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
* Ходить на лыжах скользящим шагом на расстоянии около 2 км; ухаживать за лыжами.
* Кататься на самокате.
* Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.