

Приложение
к Основной образовательной программе
дошкольного образования
МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты,
утвержденной приказом заведующего
№ 326-ОД от 30.08.2019

Рабочая программа
по реализации содержания Основной образовательной программы
дошкольного образования
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
"Детский сад № 103 "Русалочка" г. Воркуты
ОО "Физическое развитие"
для детей 3 - 8 лет

Составитель:
инструктор по физической культуре
Федорук М.В.

Воркута, 2019

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Содержание Программы:

I. Целевой раздел Программы

- 1.1. Пояснительная записка:
- 1.2. Цели и задачи реализации Программы
- 1.3. Принципы и подходы в организации образовательного процесса
- 1.4. Значимые характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста
- 1.5. Учебный план
- 1.6. Планируемые результаты освоения программы

II. Содержательный раздел Программы

- 2.1. Содержание образовательной деятельности. Этнокультурный компонент
- 2.2. Организация образовательной деятельности. Комплексно-тематическое планирование
- 2.3. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации РП с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников
- 2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы
- 2.5. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников
- 2.6. Организация педагогической диагностики

III. Организационный раздел Программы

- 3.1. Материально-техническое обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения
- 3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения.
- 3.3. Режим дня
- 3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий
- 3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» является составной частью основной образовательной программы МБДОУ «Детский сад № 103» г. Воркуты, содержание которой строится в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ, Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования с учётом комплексной образовательной программы дошкольного образования «Детство» Т.И. Бабаевой.

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса и направлена на реализацию культурной практики «Физическая культура» в образовательной области «Физическое развитие».

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление

ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Особенностью рабочей программы является подход, направленный на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач: развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Образовательная область	Интеграция образовательной области «Физическая культура» с другими областями
«Социально коммуникативное развитие»	<ul style="list-style-type: none"> - Развитие игрового опыта совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками - Побуждение к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх - Развитие умений четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий; - Развитие коммуникативных способностей при общении со сверстниками и взрослыми; - Развитие умений понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение
«Познавательное развитие»	<ul style="list-style-type: none"> - Обогащение знаний о двигательных режимах, видах спорта - Развитие интереса к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение; - Формирование представлений о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья
«Речевое развитие»	<ul style="list-style-type: none"> - Обогащение активного словаря на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); - Развитие звуковой и интонационной культуры речи в подвижных и мало-подвижных играх
«Художественно-эстетическое развитие»	<ul style="list-style-type: none"> - Обогащение музыкального репертуара детскими песнями и мелодиями; - Развитие музыкально-ритмических способностей детей; - Развитие упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения

1.2. Цели и задачи реализации Программы

Цели	Задачи
Обязательная часть ООП	
Формирование физической культуры детей дошкольного возраста, культуры здоровья, первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе	<ul style="list-style-type: none"> - Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; - Развитие физических качеств - скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации; - Накопление и обогащение двигательного опыта детей — овладение

жизни человека в соответствии с целостным подходом к здоровью человека как единству его физического, психологического и социального благополучия.	основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье); - Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
Часть, формируемая участниками образовательных отношений	
Укрепление здоровья детей дошкольного возраста, развитие их физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, в том числе предпосылок к учебной деятельности.	- Сформировать у детей дошкольного возраста потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям и плаванию посредством специально организованной двигательно-игровой деятельности. - Создать условия для формирования у детей дошкольного возраста осознанной потребности в физическом здоровье, понимании сущности здорового образа жизни, обеспечивая разнообразие содержания и форм образовательных отношений, организуя здоровую развивающую предметно-пространственную среду в детском саду. - Сформировать интерес к народным традициям русского и коми народа, гуманного отношения ко всему живому путем систематического, целенаправленного общения дошкольников с окружающей средой, использования средств народной педагогики.
Коррекционная работа	
Создание коррекционно-развивающей модели развития позитивной социализации ребенка в детском саду на основе сотрудничества всех участников образовательных отношений.	- Обеспечить равные возможности для полноценного развития детей, укрепления их физического, психического здоровья и эмоционального благополучия. - Создать условия, обеспечивающие педагогическое сопровождение воспитанников с ослабленным здоровьем, детей с инвалидностью.

1.3. Принципы и подходы в организации образовательного процесса

Обязательная часть	Часть, формируемая участниками образовательных отношений	Коррекционная работа
<p>Принцип развивающего образования, (образовательное содержание предъявляется ребенку с учётом его актуальных и потенциальных возможностей с учётом его интересов, склонностей и способностей).</p> <p>Принцип позитивной социализации ребенка (освоение ребёнком в процессе сотрудничества с обучающим взрослым и сверстниками культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми).</p> <p>Принцип возрастной адекватно-</p>	<p>Принцип оздоровительной направленности - средствами физических упражнений и средствами народной педагогики укреплять здоровье; физические нагрузки давать адекватно возрасту, полу ребенка, уровню физического развития и здоровья.</p> <p>Принцип осознанной потребности в физическом здоровье, понимании сущности здорового образа жизни.</p> <p>Принцип систематичности. Без многократных повторений невозможно сформировать и упрочить двигательные навыки.</p>	<p>Принцип индивидуализации предполагает учет возможностей, особенностей развития и потребностей каждого ребенка.</p> <p>Принцип интеграции усилий специалистов.</p> <p>Принцип конкретность и доступность учебного материала, соответствие требований, методов, приёмов и условий образования индивидуальным потребностям и возрастным особенностям детей.</p> <p>Принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным</p>

<p>сти образования (подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования опираясь на особенности возраста и психологический анализ задач развития, учитывать его индивидуальные интересы, особенности).</p> <p>Принцип личностно-ориентированного взаимодействия (воспитатели предоставляют детям право выбора и учитывают их интересы и потребности. Рассматривая детей как равноценных партнёров, уважая в каждом из них право на индивидуальную точку зрения, на самостоятельный выбор.</p> <p>Принцип сотрудничества с семьей (совместное воспитание и развитие детей, вовлечение родителей в образовательные отношения ДОО).</p> <p>Принцип приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.</p> <p>Принцип интеграции образовательных областей. Принцип проектно-тематического событийного построения образовательного процесса в детском саду.</p>	<p>Принцип наглядности. заключается в создании у ребенка при помощи различных органов чувств представления о движении. В зависимости от того какой анализатор является ведущим в регулировании движения, можно говорить о зрительной, слуховой, тактильно-мышечной наглядности.</p> <p>Принцип доступности. Предусматривает обучение детей с учетом возрастных, половых особенностей и индивидуальных различий, уровня их физиологической подготовленности. Одним из основных условий доступности является преимущество и постепенность усложнения физических упражнений.</p> <p>Принцип индивидуализации. индивидуальные особенности каждого ребенка, обеспечивает здоровый образ жизни в дошкольном учреждении каждому ребенку с учетом его здоровья, развития, интересов, а также обязывает дифференцировать задания, физические нагрузки, приемы педагогического воздействия.</p> <p>Принцип учета этнокультурной ситуации развития детей.</p>	<p>участником(субъектом) образовательных отношений.</p> <p>Принцип учета этнокультурной ситуации развития детей.</p>
--	--	---

1.4. Значимые характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проявляет интерес к двигательной деятельности, умеет использовать приобретенные под ру- 	<p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеет основами гигиенической культуры; - использует физиче- 	<p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способен к освоению сложных движений; - сложился определен- 	<p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способен быстро перемещаться, ходить, бегать, держать правиль-

<p>ководством воспитателя двигательные навыки в самостоятельной игре;</p> <p>- развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.);</p> <p>- проявляет стремление при выполнении физических упражнений к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть).</p>	<p>ские упражнения в самостоятельной игре;</p> <p>- проявляет острую потребность в движении;</p> <p>- активно играет в игры с правилами;</p> <p>- владеет представлениями о правилах здорового образа жизни.</p>	<p>ный стиль двигательной деятельности, заметен избирательный интерес к определенным видам физических упражнений; сформированы некоторые организаторские умения;</p> <p>- способен регулировать свою активность;</p> <p>- соблюдает элементарные здоровые берегающие правила поведения;</p> <p>- способен самостоятельно организует подвижные игры.</p>	<p>ную осанку;</p> <p>- владеет культурой здоровья;</p> <p>- может самостоятельно организовать подвижную игру, простейшее соревнование со сверстниками;</p> <p>- осознанно упражняются в различных действиях, пытаются ставить двигательную задачу, выбирая разные способы ее решения;</p> <p>- способен проявлять скоростные, скоростно-силовые качества, гибкость, ловкость и выносливость</p>
--	--	---	--

1.5. Учебный план

Объем образовательной нагрузки:

Образовательная область "Физическое развитие"

Наименование НОД	Возрастная группа			
	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физкультура				
Количество НОД				
- в неделю	3	2*	3	3
- в месяц	12	8	12	12
- в год	108	72	108	108

*Третье физкультурное занятие в средней группе в соответствии с учебным планом - организация плавания

Продолжительность непрерывной непосредственной образовательной деятельности соответствует требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» и составляет:

2 младшая группа – не более 15 минут;

средняя группа - не более 20 минут;

старшая группа - не более 25 минут;

подготовительная группа - не более 30 минут

1.5. Планируемые результаты освоения рабочей программы

Физическое развитие			
Обязательная часть программы			
<p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> - с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен; - демонстрирует достаточную координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое; воспитателя двигательные навыки в самостоятельной деятельности; - проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре; - с удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату 	<p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проявляет потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни; - уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук; - проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности; - стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, и правильной организации. 	<p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость; - в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру; - способен практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения; - проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений. 	<p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость; - проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях; - сформированы представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддерживать, укрепить и сохранить его; - проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
Часть, формируемая участниками образовательных отношений			
Ребенок:	Ребенок:	Ребенок:	Ребенок:

<ul style="list-style-type: none"> - интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями; - быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое; - уверенно, самостоятельно и точно выполняет задания в общем для всех темпе, легко находит свое место при совместных построениях и в играх; - проявляет самостоятельность в самообслуживании; –владеет безопасными способами обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения; - имеет представление о частях тела; - сформированы представления о значении гигиенических навыков для сохранения здоровья. 	<ul style="list-style-type: none"> - проявляет хорошую координацию, быстроту, гибкость, силу, выносливость; - уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве; - проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями; - осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх; - переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность; - проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, передает образы персонажей в подвижных играх. 	<ul style="list-style-type: none"> - гармонично физически развивается, двигательный опыт богат; - проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость; - четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании; - проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений; - выполняет упражнения уверенно, точно, выразительно, в заданном темпе и ритме; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку; - стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнений и его результатом; - в самостоятельной двигательной деятельности с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость. 	<ul style="list-style-type: none"> - гармонично физически развивается, двигательный опыт богат; -результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения; - проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость - проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; - самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движение передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремиться к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях; - постоянно проявляет самоконтроль и самооценку; - стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнений и его результатом; - сформирована гигиеническая культура, первоначальные представления об органах чувств, коже, опорно-двигательного аппарата; - сформированы начальные представления о спорте и здоровье, способах коррекции своего здоровья и обра-
--	---	--	---

			за жизни; - способен определять состояние своего здоровья
--	--	--	--

II. Содержательный раздел программы

2.1. Содержание образовательной деятельности

2 младшая группа (3-4 года):

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения.

Построения и перестроения: свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием.

Общеразвивающие упражнения. Традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу.

Основные движения. Ходьба. Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой темпа и направления.

Бег, не опуская головы.

Прыжки. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними.

Катание, бросание, метание. Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели.

Лазание по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола.

Музыкально-ритмические упражнения.

Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых.

Подвижные игры. Основные правила в подвижных играх.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья; элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

Средняя группа (4 - 5 лет):

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения.

Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте.

Общеразвивающие упражнения: Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.

Основные движения: Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения. Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного).

Бег. Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5х3=15)), ведение колонны.

Бросание, ловля, метание. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании.

Ползание, лазанье. Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек,

Прыжки. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед), вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см.). Сохранение равновесия после вращений, или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности.

Подвижные игры: правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия.

Спортивные упражнения. Ходьба лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полулочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой. Плавание — погружение в воду с головой, попеременные движения ног, игры в воде. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами.

Ритмические движения: танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

Представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках, приводящих к болезням; об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить. Основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

Старшая группа (5 - 6 лет)

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения:

порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. Общеразвивающие упражнения: Четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременными последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами.

Подводящие и подготовительные упражнения.

Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге - выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега- отталкивания, группировки и приземления, в метании- замаха и броска.

Ходьба.

Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры.

Бег.

На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3х10 м в медленном темпе (1,5—2 мин).

Прыжки.

На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.

Бросание, ловля и метание.

«Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). *Метание в*

даль (5-9 м) горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо.

Ползание и лазание.

Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазанье ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. *Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты.* Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр. Спортивные игры *Городки* Бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). *Баскетбол.* Перебрасывание мяча друг другу от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. Игра по упрощенным правилам. *Бадминтон.* Отбивание волана ракеткой в заданном направлении. Игра с воспитателем. *Футбол.* Отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Обведение мяча между и вокруг предметов. Отбивание мяча о стенку. Передача мяча ногой друг другу (3—5 м). Игра по упрощенным правилам. Спортивные упражнения: скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в воду, скольжение в воде на груди и на спине, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни

Признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека. Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки. Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания.

Подготовительная к школе группа (6 - 8 лет)

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения.

Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения. Перестроение четверками.

Общеразвивающие упражнения.

Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнения активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с му-

зыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами.

Основные движения.

Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазанья по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения.

Ходьба.

Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами.

Упражнения в равновесии.

Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.

Бег.

Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5x10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м.

Прыжки.

Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее

100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку.

Метание.

Отбивать, передавать, подбрасывать мячей разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие) разными способами. Точное поражение цели.

Лазанье.

Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема».

Подвижные игры.

Организовать знакомые игры с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты.

Спортивные игры.

Правила спортивных игр. **Городки.** Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. **Баскетбол.** Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. **Футбол.** Способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. **Настольный теннис, бадминтон.** Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола. **Хоккей.** Ведение шайбы клюшкой, забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения.

Спортивные упражнения.

Ходьба на лыжах. Скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке. Катание на коньках. Сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты. Катание на самокате. Отталкивание одной ногой. Плавание. скольжение в воде на груди и на спине, погружение в воду. Катание на велосипеде. Езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить. Катание на санках. Скольжение по ледяным дорожкам После разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скольжение с невысокой горки.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни

Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.)

Этнокультурный компонент программы реализуется через тематические занятия, через включение в НОД тематики, затрагивающей особенности природы родного города и республики, а также в процессе организации разных форм совместной деятельности: народных подвижных игр, викторинах, тематических развлечениях и т.д.

2.3. Организация образовательной деятельности

Комплексно-тематическое планирование основывается на «Календаре жизни ДОУ», где распределяется тематика на учебный год с указанием временных интервалов, планируются темы для учреждения и для каждой возрастной группы с учетом итоговых мероприятий, событий.

Комплексно-тематическое планирование - 2 младшая группа

Сентябрь

Задачи: Учить ходить и бегать всей группой в одном направлении за инструктором, бегать врассыпную; упражнять в прыжках на двух ногах на месте, в ползании на средних четвереньках по прямой (с опорой на ладони и ступни), в прокатывании мяча двумя руками вдаль и друг другу.

Октябрь

Задачи: учить ходить и бегать в колонне по одному друг за другом по зрительным ориентирам; ходьбе с перешагиванием через предметы; прыжкам на двух ногах с продвижением вперед; развивать навык энергичного отталкивания мячей друг другу при прокатывании, упражнять в ползании на средних четвереньках

Ноябрь

Задачи: учить детей ходить и ползать по ограниченной поверхности, учить прокатывать мяч с целью сбить кеглю, прыжкам вверх; развивать глазомер, упражнять в ходьбе в колонне по одному, парами, в сохранении устойчивого равновесия, в мягком приземлении при прыжках, в метании, ползании на четвереньках.

Декабрь

Задачи: обучать детей строиться в колонну по росту, ходить и бегать змейкой за воспитателем. Учить ходить по гимнастической доске удерживая равновесие, подлезать под дугу не касаясь руками пола, бросать мяч об пол и ловить его двумя руками, спрыгивать с высоты 15 см. мягко приземляясь на стопу и удерживая равновесие, закрепить умение детей прокатывать мяч с целью сбить кеглю, прыжкам вверх с целью достать предмет.

Январь

Задачи: Упражнять в ходьбе и беге змейкой с ускорением и замедлением темпа, учить бегать с остановкой по сигналу. Учить ходить по гимнастической доске приставляя пятку одной ноги к другой, подлезать под верёвочку прямо, ловить мяч брошенный воспитателем. Закрепить умение детей прыгать в длину с места мягко приземляясь на стопу, упражнять в отбивании мяча.

Февраль

Задачи: Учить детей перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, по зрительным ориентирам; ходить по гимнастической скамейке, удерживая равновесие, переступая через предметы, бросать мяч вперёд двумя руками; упражнять в прыжках в длину с места, в ловле мяча брошенного воспитателем, переползании через бревно .

Март

Задачи: Учить детей перестраиваться из колонны по одному в колонну по два в движении; продолжать учить ходить, удерживая равновесие, по наклонной доске, бросать мешочки с песком в горизонтальную цель, ползать по наклонной доске с переходом на гимнастическую стенку; упражнять в бросании мяча вперёд вдаль двумя руками из-за головы, прыжках в длину с места.

Апрель

Задачи: Учить детей ходить по гимнастической доске, удерживая равновесие, с дополнительным заданием для рук, влезать на гимнастическую стенку и спускаться с неё, метать мяч малого диаметра в вертикальную цель, упражнять в прыжках через предметы (высота 5 см), закрепить умение детей перестраиваться из колонны по одному в колонну по 2, за ведущими. Развивать силу рук, бросая набивной мяч вдаль.

Май

Задачи: Учить детей размыкаться и смыкаться обычным шагом при перестроении, ходить по наклонной доске, удерживая равновесие с переходом на гимнастическую стенку, лазать по гимнастической стенке удобным способом, бросать мяч вверх и ловить его 3-4 раза подряд, упражнять в прямом галопе, закрепить умение детей поворачиваться в шеренге, в колонне, развивать силу рук, бросая набивной мяч в даль.

№	Тема календаря жизни	Тема	Задачи	Краткое содержание НОД	Совместная деятельность	Изменения в РППС	Взаимодействие с семьей
1-2	«Здравствуй ,детский сад»	Пойдем в гости к зайчику и лисичке.	Обучать ходьбе по извилистой дорожке Ш=20см. Д=3м. Повторить прыжки на всей ступне с подниманием на носки (пружинка). Закрепить прокатывание мяча, двумя руками вдаль от черты.	Построение стайкой. Ходьба стайкой за воспитателем. Бег обычной стайкой. ОРУ без предметов	Догони зайчика – в/п	Плоские цветы для извилистой дорожки, мячи по количеству детей, игрушки зайца и лисы	Консультация для родителей «Спортивная форма»
3	«Здравствуй ,детский сад»	На солнечной полянке.	Игровые задания: Пройди по дорожке к зайчику	Построение стайкой. Ходьба стайкой за воспитателем.	Догони зайчика – в/п	Кегли для дорожки, игрушка	

			Догони зайчика П/И Зайка серенький сидит			– зайчик,	
4-5	«Золотая осень» (краски осени)	В гостях у зайки и лисички.	Обучать ползанию на четвереньках по прямой (средние четвереньки). Повторить ходьба по извилистой дорожке. Ш=20см. Д=4м. Закрепить прыжки на всей ступне с работой рук (пружинка).	Построение стайкой Ходьба парами в стайке за воспитателем. Бег парами в стайке за воспитателем. ОРУ без предметов	Убеги от лисички – в/п Найди зайчика – с/п	Плоские листочки для извилистой дорожки, мячи по количеству детей, игрушки зайца и лисы	Предложить родителям поспорить с ребенком «Кто дальше прыгнет»
6	«Золотая осень» (краски осени)	На лесной опушке.	Игровые задания: Кто быстрее займет домик зайчика Зайки прыгают. Прыжки на всей ступне с работой рук (пружинки) Убеги от лисички, п/и «Зайка беленький сидит»	Построение стайкой. Ходьба парами в стайке за воспитателем.		Кегли для дорожки, игрушка – лисичка и зайчик	
7-8	«Урожай собирай – витамины запасай!» (овощи и фрукты)	Осенняя прогулка	Обучать ползанию на средних четвереньках по прямой. Повторить катания мяча двумя руками друг другу. Закрепит ходьбу по извилистой дорожке с хлопками над головой. Ш=15см.	Построение в рассыпную. Ходьба в рассыпную по залу. Бег в рассыпную по залу. ОРУ с погремушками	По ровненькой дорожке – в/п Кто дальше прокатит мяч с/п	Кегли для извилистой дорожки; мячи по количеству детей; игрушки: мишка и собачка	Дать рекомендации родителям «Как приобщить ребенка к культуре спорта»

			Д=4м.				
9	«Урожай собирай – витамины запасай!» (овощи и фрукты)	Осенняя прогулка.	Игровые упражнения: Мишки прокатывают мяч собачкам; Принеси мишке шишку по извилистой дорожке; Догони мишку	Построение врассыпную. Ходьба врассыпную. Бег врассыпную.		Кегли для дорожки, игрушка – мишка	
10-11	«Правила дорожные очень всем нужны, правила дорожные знать все должны!»	Путешествие на автомобиле	Обучать прыжкам на двух ногах, стоя на месте. Повторить прокатывание мяча двумя руками друг другу. Закрепить ползание на средних четвереньках по извилистой дорожке.	Построение врассыпную. Чередование ходьбы врассыпную с ходьбой стайкой. Чередование бега врассыпную с бегом в обусловленное место по сигналу . ОРУс погремушками.	Бегите ко мне – в/п Догони мяч – с/п	Большие конусы для извилистой дорожки; мячи по кол-ву детей	Рисование «животные-спортсмены»
12	«Правила дорожные очень всем нужны, правила дорожные знать все должны!»	Путешествие на автомобиле	Игровые упражнения: Перешагни грядку (кубики) Зайцы на грядке (прыжки вокруг себя) ПЦИ: Собери урожай с грядки	Построение врассыпную. Чередование ходьбы врассыпную с ходьбой стайкой. Чередование бега врассыпную с бегом в обусловленное место по сигналу .		Мяч, кубики, муляжи овощей.	
13-14	«Чудеса осени» (осенние изменения в природе)	Путешествие в осенний лес.	Обучать ходьбе с перешагиванием через предметы	Перестроение в колонну по одному Ходьба в колонне друг за другом по	Собери листочки – в/п	Листочки, мячи по кол.детей;	Консультация для родителей «Почему дети

			<p>В=10-15см (через рейки лестницы).</p> <p>Повторить прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя.</p> <p>Закрепит прокатывание мяча друг другу двумя руками (увеличение расстояния)</p>	<p>зрительным ориентирам.</p> <p>Бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам.</p> <p>ОРУ с листочками.</p>	<p>Подуем на листочки м/п</p>		<p>разные?»</p>
15	«Чудеса осени» (осенние изменения в природе)	Путешествие в осенний лес.	<p>Игровые упражнения:</p> <p>Перешагни – не упади</p> <p>С листочка на листочек</p> <p>П/И – Собери желтые листочки</p>	<p>Перестроение в колонну по одному</p> <p>Ходьба в колонне друг за другом по зрительным ориентирам.</p> <p>Бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам.</p>		<p>Листочки по 2 на ребёнка</p>	
16-17	«Дары северной природы»	Что нам осень подарила?	<p>Обучать ползание на средних четвереньках за катящимся предметом.</p> <p>Повторить ходьбу с перешагиванием через предметы</p> <p>В=10-15см (через рейки лестницы).</p> <p>Закрепить прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя.</p>	<p>Построение в колонну друг за другом.</p> <p>Х-ба в колонне друг за другом по зрительным ориентирам.</p> <p>Бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам.</p> <p>ОРУ с погремушками.</p>	<p>Догонялки с мишкой – в/п;</p> <p>Каравай _ м/п</p>	<p>Мишка, погремушки по кол-ву детей, кубики, мячи по кол.детей</p>	<p>Консультация для родителей «Малыши холода не боятся»</p>
18	«Дары северной природы»	Что нам осень подарила?	<p>Игровые задания:</p> <p>Догони медведя;</p> <p>Попрыгай как зайчики;</p> <p>Прокати мяч друг другу.</p> <p>П/и Лиса и зайцы.</p>	<p>Построение в колонну друг за другом.</p> <p>Ходьба в колонне друг за другом по зрительным ориентирам, имитационная ходьба.</p> <p>Бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам.</p>		<p>Кубики, 10 мячей.</p>	

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

19-20	«Заглянула осень в сад - птицы улетели» (перелетные птицы)	Птички летают.	Обучать прокатыванию мяча между предметами Ш=60см. Повторить ползание на средних четвереньках за катящимся предметом. Закрепить ходьбу с перешагиванием через предметы В=10см. через рейки лестницы.	Построение в колонну друг за другом. Ходьба в колонне друг за другом по зрительным ориентирам. Бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам. ОРУ с погремушками.	Зайка беленький сидит -- в/п В гости к зверятам (имитация повадок животных)	Кукла, погремушки по кол-ву детей, кубики, мячи по кол.детей, большие конусы	Консультация для родителей «Игровая деятельность в семье»
21	«Заглянула осень в сад - птицы улетели» (перелетные птицы)	Птички летают.	Игровые упражнения: Станция «Лесная» игра – догони зайчика; Станция «Поиграй - ка» - прокати мяч в ворота Станция «Конечная» Игра «Мы топаем ногами»	Построение в колонну друг за другом. Ходьба в колонне друг за другом по зрительным ориентирам. Бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам.		Мяч – 2 шт, кегли (ворота),	
22-23	«Моя дорогая Коми земля!»	Моя дорогая Коми земля!	Обучать прыжкам на двух ногах с продвижением вперед (2-3 м). Повторить прокатывание мяча между предметами Ш=50см. Закрепить ползание «змейкой» между предметами (4 - 5 предметов).	Построение в колонну друг за другом. Ходьба в колонне друг за другом по зрительным ориентирам, на носках Бег в колонне по одному, не отставая и не перегоняя товарищей (по зрительным ориентирам). ОРУ с обручем	Мы топаем ногами -- с/п Птички в гнездышках	Обручи и мячи по кол-ву дет, кегли. Маски зверей	Консультация для родителей «Роль семьи в физическом воспитании ребенка»
24	«Моя дорогая Коми земля!»	Моя дорогая Коми земля!	Игровые упражнения: Ветерок;	Построение в колонну друг за другом. Ходьба в колонне друг за другом по зрительным ориентирам, на носках		Маски животных зайчик, лисичка, медведь,	

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

			Петушки; П/И «День и ночь» « Поезд»	Бег в колонне по одному, не отставая и не перегоняя товарищей (по зрительным ориентирам).		кегли	
25-26	«Я и моя семья»	Дружная семейка.	Обучать ходьбе между шнурами. Повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Закрепить прокатывание мяча между предметами. Ш=50см.	Построение в колонне по одному. Ходьба в колонне друг за другом. Бег в колонне друг за другом с ускорением и замедлением. ОРУ с кольцами	Автомобили в/п Светофор С/п	Шнуры, мячи по количеству детей кольца по кол-ву детей, флажки красный и зеленый	Консультация для родителей «Игры, которые можно провести дома»
27	«Я и моя семья»	Дружная семейка.	Игровые упражнения: Пройди по дорожке, Кто быстрее допрыгает к флажку; П/И: "Светофор"	Построение в колонне по одному. Ходьба в колонне друг за другом. Бег в колонне друг за другом с ускорением и замедлением.		Кольца по кол-ву детей, флажки красный и зеленый	
28-29	«Что нам стоит дом построить!» (архитектура)	На ферме	Обучать ползанию по доске на четвереньках. Повторить ходьбу между шнурами, перешагивая листочки. Закрепить прыжки на двух ногах на месте и в паре.	Построение в колонну парами. Ходьба в колонне парами. Бег в колонне парами, взявшись за руки. ОРУ без предметов.	Наседка и цыплята– в/п Кто как кричит (имитация голоса животных)– м/п	Муз.р-р. «Мы едем, едем...» Шнуры, листочки, доски – 2 шт., кольца по кол.дет	Консультация для родителей «Будь здоров малыш»
30	«Что нам стоит дом построить!» (архитектура)	Лошадки	Игровые упражнения в парах: Лошадки Веселые попрыгунчики;	Построение в колонну парами. Ходьба в колонне парами. Бег в колонне парами, взявшись за ру-		Скакалки – вожжи 4 шт., Комар на палочке,	

			П/И: Поймай комара; Наседка и цыплята	ки.			
31-32	«Россия огромная страна»	В гости к оленеводам.	Обучать прокатыванию мяча под дугу с целью сбить кеглю. Повторить ползание на четвереньках по наклонной доске. Закрепить ходьбу между шнурами, перешагивая предметы высотой – 10-15см	Построение в колонну парами. Ходьба в колонне парами с высоким подниманием колена Бег в колонне парами, чередуя с бегом в рассыпную. ОРУ без предметов.	Догони оленя– в/п Пузырь – м/п	Шнуры для выкладывания дорожки, мячи, кегли дуги – по кол. дет., наклонная доска, руль	Консультация для родителей «Здоровое питание для дошкольников»
33	«Россия огромная страна»	В гости к оленеводам.	Игровые упражнения: Покатаемся на оленях; Оленята резвятся (прыжки) П/И - Поймай олененка;	Построение в колонну парами. Ходьба в колонне парами с высоким подниманием колена Бег в колонне парами, чередуя с бегом в рассыпную.		Маски – рога оленьи, скакалки	
34-35	«Дружба – это хорошо, дружба – это весело!»	Вместе весело шагать.	Обучать прыжкам вверх на месте с целью достать предмет. Повторить прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю. Закрепить ползание на четвереньках по скамейке.	Построение в колонну с перестроением в пары, стоя на месте.. Ходьба парами с высоким подниманием колена. Бег в парах, чередуя с бегом в рассыпную («Найди свою пару») ОРУ с колечками.	Птицы и автомобиль в/п Пузырь – м/п	мячи, кегли дуги, бубен, скамейка-2шт, кольца по кову детей	Консультация для родителей «Развиваем мелкую моторику рук у детей»
36	«Дружба – это хорошо, дружба –	Вместе весело шагать.	Игровые упражнения: Перешагни – не упади;	Построение в колонну с перестроением в пары, стоя на месте.. Ходьба парами с высоким подниманием	Найди свой цвет в/п	кубики, руль	

	это весело!»		Прилетели воробьи; П/И – Птицы и автомобиль	колена. Бег в парах, чередуя с бегом в рассыпную - «Найди свою пару» .	«Пузырь» С/п		
37-38	«С днем рождения, любимый город!»	Малыши - крепыши	Обучать ходьбе по гимнастической доске. Повторить прыжки в верх с места с целью достать предмет. Закрепить прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю .	Построение в колонне по росту с перестроением в рассыпную. Ходьба в колонне змейкой. Бег в колонне друг за другом змейкой. ОРУ с гантелями.		Гантели по 2 на ребёнка, дуги по кол-ву детей, гимнастическая доска. 4 флажка, фишки.	Беседа: «Закаливающие процедуры в группе и на прогулке»
39	«С днем рождения, любимый город!»	Спортивная прогулка	Игровые упражнения: Пройди по дорожке, Кто быстрее до флажка (прыжки); П/И: Найди свой цвет, Пузырь	Построение в колонне по росту с перестроением в рассыпную. Ходьба в колонне змейкой. Бег в колонне друг за другом змейкой.		4 флажка, фишки,	
40-41	«Поет зима аukaет. Мохнатый лес баюкает»	Поет зима, аukaет.	Обучать подлезанию под дугу не касаясь руками пола (выс.40см). Повторить ходьбу по гимнастической доске. Закрепить прыжки в верх с места с целью достать предмет.	Построение в колонне по росту с перестроением в рассыпную. Ходьба в колонне змейкой. Бег в колонне друг за другом змейкой. ОРУ с султанчиками.	Найди свой цвет в/п Иголочка и ниточка м/п	Султанчики, гимнастическая доска, 2 дуги (выс.40 см) 4 флажка, фишки	Консультация «Профилактическая работа с детьми: мед. осмотры, прививки витаминизация»
42	«Поет зима аukaет. Мохнатый лес баюкает»	Поет зима, аukaет.	Игровые упражнения : Пройди, не упави.	Построение в колонне по росту с перестроением в рассыпную.		Султанчики, шнур, маска волка	

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

	ет»		<p>Перепрыгни сугроб,</p> <p>Под верёвочку</p> <p>П\И: Зайцы и волк</p>	<p>Ходьба в колонне змейкой.</p> <p>Бег в колонне друг за другом змейкой.</p>			
43-44	«Зимние забавы»	Зимние забавы.	<p>Обучать бросанию мяча двумя руками об пол и ловля стоя на месте.</p> <p>Повторить ползание на четвереньках по наклонной доске. Закрепить ходьбу по гимнастической доске</p>	<p>Построение в колонне по росту с равнением по линии.</p> <p>Ходьба обычная, по кругу взявшись за руки со сменой направления по сигналу.</p> <p>Бег по кругу взявшись за руки с остановкой по сигналу.</p> <p>ОРУ с гантелями.</p>	<p>Догонялки с клоуном – в/п</p> <p>Пузырь – м/п</p>	<p>Гантели по 2 на ребёнка, гимнастическая доска, мячи и дуги, доска (шир. 30 см)</p>	<p>Консультация для родителей «Семейный досуг зимой»</p>
45	«Зимние забавы»	Зимние забавы.	<p>Игровые упражнения:</p> <p>Добрось снежок до обруча,</p> <p>Пройди – не упади</p> <p>П/И – "Карусели", "Пузырь"</p>	<p>Построение в колонне по росту с равнением по линии.</p> <p>Ходьба обычная, по кругу взявшись за руки со сменой направления по сигналу.</p> <p>Бег по кругу взявшись за руки с остановкой по сигналу.</p>		<p>Султанчики, 5 обручей, мячи малого диаметра</p>	
46-47	«Город мастеров» (проекты по подготовке к утренникам)	На арене цирка	<p>Обучать прыгиванию с высоты (со скамейки)</p> <p>Выс=15см. Повторить бросание мяча двумя руками об пол и ловля стоя на месте. Закрепить ползание на четвереньках по скамейке..</p>	<p>Построение в колонне по росту с равнением по линии.</p> <p>Ходьба по кругу взявшись за руки со сменой направления по сигналу.</p> <p>Бег по кругу взявшись за руки с остановкой по сигналу.</p>	<p>автомобиль в/п</p> <p>Пузырь – м/п</p>	<p>Султанчики по 2 на ребёнка, мячи и кегли по количеству детей, гимнастическая скамейка.</p>	<p>Предложить родителям придумать игры для детей в рождество</p>

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

				ОРУ с султанчиками.			
48	«Город мастеров» (проекты по подготовке к утренникам)	Весёлые представления	Игровые упражнения: Кто дальше бросит. Волшебные снежинки; Пройди не упади П/И – "Птицы и автомобиль", "Карусель"	Построение в колонне по росту с равнением по линии. Ходьба по кругу взявшись за руки со сменой направления по сигналу Бег по кругу взявшись за руки с остановкой по сигналу.		Мячи малого диаметра по количеству детей, руль	Предложить родителям придумать игры для игры в рождество
49-50	«Зимовье зверей»	Путешествие на автобусе	Обучать ходьбе по гимнастической скамейке приставляя пятку одной ноги к другой. Повторить спрыгивание с высоты вниз (высота – 20 см). Закрепить бросание мяча двумя руками об пол и ловля стоя на месте	Построение в шеренгу, повороты. Ходьба в колонне в заданном направлении, «змейкой». Бег в колонне, в заданном направлении, с изменением темпа. ОРУ с платочками.	Воробушки авто-мобили –в/п По ровненькой дорожке- с/п	Платочки по кол-ву детей, гимнастическая скамейка 2шт (высота 20 см), мячи по количеству детей.	Беседа «Профилактика плоскостопия»
51	«Зимовье зверей»	Путешествие на автобусе	Игровые упражнения: Иголочка и ниточка С кочки на кочку П/И: "По ровненькой дорожке", "Воробушки и автомобили"	Построение в шеренгу, повороты Ходьба в колонне в заданном направлении, «змейкой». Бег в колонне, в заданном направлении, с изменением темпа		Рули -10 шт.	
52-53	«Народные традиции России»	Прогулка на оленях.	Обучать одлезанию под верёвкой прямо не касаясь руками пола (выс-50 см). Повторить ходьбу по гимнастической скамейке приставляя пятку одной ноги к другой.	Построение в шеренгу, повороты Ходьба в колонне в заданном направлении, с остановкой по сигналу (присесть).	П/И Найди себе пару с такой –же посудой	Платочки по кол-ву детей, гимнастическая скамейка , верёвка на	Беседа «Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

			Закрепить спрыгивание с высоты вниз (высота – 20 см)	Бег в колонне, в заданном направлении, с изменением темпа с остановкой по сигналу(присесть)	Найди и промолчи м/п	стойках. Наборы посуды из 10 парных предметов	организма»
54	«Народные традиции России»	Прогулка на оленях.	Игровые упражнения: Иголочка и ниточка С кочки на кочку Пройди прямо П/И: "По ровненькой дорожке", "Воробушки и автомобили"	Построение в шеренгу, повороты Ходьба в колонне в заданном направлении, с остановкой по сигналу (присесть). Бег в колонне, в заданном направлении, с изменением темпа с остановкой по сигналу(присесть)		Рули -10 шт.	
55-56	«Братя наши меньшие – птицы»	Мой весёлый звонкий мяч	Обучать ловле мяча брошенного воспитателем (раст -70 см). Повторить подлезание под верёвкой прямо не касаясь руками пола. Закрепить ходьбу по гимнастической доске с мячом над головой.	Построение в шеренгу, перестроение в круг Ходьба в колонне в заданном направлении, с остановкой по сигналу . Бег в колонне, в заданном направлении, с изменением темпа с остановкой по сигналу ОРУ с мячом	Воробушки и автомобиль в/п Найди мяч м/п	Мячи по количеству детей, гимнастическая скамейка , верёвка на стойках.	Консультация «Прогулки это важно»
57	«Братя наши меньшие – птицы»	Мы шофёры	Игровые упражнения. Полоса препятствий Сбей флажок Догони мяч П/И: "Светофор", "Поймай снежинку"	Построение в шеренгу, перестроение в круг Ходьба в колонне в заданном направлении, с остановкой по сигналу. Бег в колонне, в заданном направлении, с изменением темпа с остановкой по сигналу. ОРУ с мячом		Колечки (рули) по количеству детей. 5 мячей, Сигналы – красный и зелёный	Консультация «Прогулки это важно»

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

58-59	«Все работы хороши-выбирай на вкус»	Кот Васька и мыши	Обучать прыжкам в длину с места (через ручеёк 40 см) Повторить ходьбу по гимнастической скамейке перешагивая предметы (выс 10-15 см.) Закрепить ловлю мяча брошенного воспитателем (раст -90 см)	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, с места за направляющим по ориентиру Ходьба парами в колонне + ходьба парами змейкой, огибая поставленные предметы. Бег в парах, бег в колонне по одному со сменой направления по сигналу. ОРУ без предметов	Кот и мыши в/п Муз.упр. Тук-тук	Кегли 6 шт, гимнастическая скамейка, кубики 5 шт., шнур, мяч -2 шт., маска кота.	Памятка для родителей Профилактика нарушений осанки.
60	«Все работы хороши-выбирай на вкус»	Кот Васька и мыши верные друзья	Игровые упражнения: Перешагни предмет Прыгни не упади Снайперы Подвижные игры: Кот и мыши Заморожу ручки	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, с места за направляющим по ориентиру Ходьба парами в колонне + ходьба парами змейкой, огибая поставленные предметы. Бег в парах, бег в колонне по одному со сменой направления по сигналу.		Кегли 6 шт, маска кота	
61-62	«Животные жарких стран»	В гостях у жирафика.	Обучать переползание через бревно удобным способом Повторить прыжки в длину с места (через ручеёк 40 см) Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке перешагивая предметы (выс 10-15 см.)	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, с места за направляющим по ориентиру Ходьба парами в колонне + ходьба парами змейкой, огибая поставленные предметы. Бег в парах, бег в колонне по одному со	Зайка серенький сидит в/п Муз.упр. Тук-тук	Кубики по 2 на ребёнка, гимнастическая скамейка, кубики 5 шт., шнур, бревно, маска лисы.	Консультация «Профилактика заболеваний зрения»

				сменой направления по сигналу. ОРУ без предметов			
63	«Животные жарких стран»	Игры с жирафиком.	Игровые упражнения: Перешагни предмет Прыгни не упав Попади в корзину Подвижные игры: Зайка серенький сидит Заморожу ручки	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, с места за направляющим по ориентиру Ходьба парами в колонне + ходьба парами змейкой, огибая поставленные предметы. Бег в парах. ОРУ без предметов		Кегли 6 шт., маска лисы, корзина	
64-65	«Папа может всё, что угодно!» (мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества)	Мы спортсмены	Обучать бросанию мяча вперёд, двумя руками снизу (вдаль). Повторить переползание через бревно удобным способом Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке перешагивая кубики	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим, Ходьба на носках, высоко поднимая колени, перешагивая через предметы Бег в колонне со сменой направления по сигналу.ОРУ с кубиками	Кто быстрее до флага в/п Муз.игра Апельсин	Кубики по 2 на ребёнка, гимнастическая скамейка, кубики 4 шт., мячи по количеству детей, бревно, 2 флага	Консультация для родителей «Отец как воспитатель»
66	«Папа может всё, что угодно!» (мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества)	Спортивная прогулка	Игровые упражнения: Добрось снежок до обруча, Пройди –не упав Ай да, снежинки	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим, Ходьба на носках, высоко поднимая колени, перешагивая через предметы Бег в колонне со сменой направления		Обручи 4 шт., маска медведя	

	ства)		П/И – Кто быстрее до флажка Пузырь	по сигналу. ОРУ с кубиками			
67-68	«Неделя доброй сказки» (сказки народов мира)	На помощь Колобку	Обучать прыжкам из обруча в обруч (3 -4 подряд) Повторить бросание мяча вперёд, двумя руками снизу (вдаль). Закрепить переползание через бревно удобным способом	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим, Ходьба на носках, высоко поднимая колени, перешагивая через предметы Бег в колонне с остановкой по сигналу ОРУ с кубиками	Кого встретил колобок - имитация с/п У медведя во бору в/п	Кубики по 2 на ребёнка, 8 обручей, мячи по кол-ву детей, бревно, маска медведя	Предложить родителям провести дома уроки «Здоровья»
69	«Неделя доброй сказки» (сказки народов мира)	В гости к колобку	Игровые упражнения: Кто дальше бросит. Волшебные снежинки; Пройди не упади Кого встретил колобок? П/И – У медведя во бору	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим, Ходьба на носках, высоко поднимая колени. Бег в колонне с остановкой по сигналу ОРУ с кубиками		Маска медведя	
70-71	«Мамочка, родная, я люблю тебя!» «Широкая Масленица!»	У солнышка в гостях	Обучать ходьбе по наклонной доске, поднятой на 2 рейки гимнаст.стенки. Повторить прыжки в длину с места (40 см) Закрепить бросание мяча вперёд	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим по ориентиру. Ходьба широким шагом, со сменой направлений по сигналу. Бег в «змейкой», бег враспынную.	Солнышко и дождик в/п Муз.упр. Ладушки	Флажки по 2 на ребёнка, доска с крючками (ш-30см.), мячи средние на каждом	Предложить родителям сочинить совместно с ребенком сказку о любом виде

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

			вдаль, двумя руками из-за головы	ОРУ с флажками.		дого ребёнка	спорта
72	«Мамочка, родная, я люблю тебя!» «Широкая Масленица!»	Нарисуем Солнышко	Игровые упражнения: Прыгни не упади Мяч по кругу Сбей кегли П/И: "Карусель", "Солнышко и дождик"	Построение в колонну, перестроение в круг; ходьба по кругу взявшись за руки. Бег врассыпную. ОРУ с флажками.		Мячи 4 шт., Зонтик, 7 кеглей	
73-74	«Мы поедem, мы помчимся»	Поступаем в школу физкультуры к Мишке Топтыжке	Обучать ползанию по наклонной доске, закреплённой на 2 перекладине г.с., с переходом на г.с. Повторить ходьба по наклонной доске, руки за голову. Закрепить прыжки в длину с места (40 см).	Построение в колонну, перестроение в круг; ходьба по кругу взявшись за руки., ходьба на носках на пятках. Бег по кругу, врассыпную. ОРУ с флажками.	У медведя во бору в/п Муз.упр. Ладушки	Доска с крючками 2 шт, флажки по 2 на ребёнка, маска медведя	Предложить родителям проводить с ребёнком гимнастика пробуждения (в постели)
75	«Мы поедem, мы помчимся»	В гостях у Мишки - Топтыжки	Игровые упражнения: Прыгни не упади Мяч по кругу Сбей кеглю П/И: "Карусель", "Солнышко и дождик"	Построение в колонну, перестроение в круг; ходьба по кругу взявшись за руки. Бег по кругу.врассыпную. ОРУ с флажками.		Мячи 4 шт., Зонтик, 7 кеглей	
76-77	«Весеннее пробужде-	На солнечной полянке	Обучать метанию мешочков с песком 80 г. в обруч .	Построение из колонны в шеренгу и наоборот. Ходьба широким и мелким	Птички в гнёздышках в/п	Обручи и мешочки с	Консультация «Массаж

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

	ние» (весенние изменения в природе)		Повторить ползание по наклонной доске, с переходом на г.с. Закрепить ходьбу по наклонной доске, руки за голову	шагом (Муз. сопровождение «Великаны –карлики») Бег по кругу взявшись за руки с ускорением и замедлением темпа. ОРУ с обручем	Муз.упр. Ладушки	песком 80г., по количеству детей, доска с крючками 2 шт.	грудной клетки часто болеющим детям»
78	«Весеннее пробуждение» (весенние изменения в природе)	Солнечные лучики	Игровые упражнения: Добрось снежок до обруча, Пройди –не упали Мяч по кругу П\И: "Птички в гнёздышках", "Карусель"	Построение из колонны в шеренгу и наоборот. Ходьба широким и мелким шагом. Бег по кругу взявшись за руки с ускорением и замедлением темпа, бег врассыпную ОРУ с обручем		Мяч, 5 обручей.	
79-80	«Театр» (театральная неделя)	Волшебные превращения	Обучать прыжкам через г. палки положенные на пол (4-5 шт.). Повторить метание мешочков с песком 80 г. в обруч .. Закрепить ползание по наклонной доске, закреплённой на 2 перекладине г.с., с переходом на г.с.	Построение из колонны в шеренгу и наоборот. Ходьба широким и мелким шагом (Муз. сопровождение «Великаны –карлики») Бег по кругу взявшись за руки с ускорением и замедлением темпа. ОРУ с обручем.	Птички в гнёздышках в/п Муз.упр. Ладушки	Обручи и мешочки с песком 80г., по количеству детей, доска с крючками .	Беседа «Точечный массаж при ОРЗ».
81	«Театр» (театральная неделя)	Волшебная прогулка	Игровые упражнения: Добрось снежок до обруча, Пройди –не упали Мяч по кругу П\И: "Птички в гнёздышках", "Ка-	Построение из колонны в шеренгу и наоборот. Ходьба широким и мелким шагом. Бег врассыпную по сигналу перестроение в колонну ОРУ с обручем.		Мяч, 5 обручей	

			русель"				
82-83	«К нам весенний ветерок залетел в окошко» (весенние краски)	Весенний ветерок.	Обучать ходьбе по гимнастической скамейке с заданием для рук (в стороны). Повторить прыжки через г.палки положенные на пол (4-5 шт.). Закрепить метание мешочков с песком 80 г. в обруч . (посади картошку)	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим по ориентиру. Ходьба с остановкой по сигналу, поворот вокруг себя. Бег с ускорением и замедлением темпа. ОРУ с ленточками.	Принеси овощ в/п Муз.упр. Где же наши ручки.	Гимнастическая скамейка, ленточки по2 на ребёнка, гимна. палки 5шт. мешочки с песком 20 шт.Набор овощей и фруктов.	Беседа «Рациональное построение режима дня»
84	«К нам весенний ветерок залетел в окошко» (весенние краски)	Мы играем с ветерком.	Игровые упражнения: Принеси овощ Посади картошки (метание в гор.цель) Пройди не упав П/И: Солнышко и дождик Лягушки	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим по ориентиру. Ходьба с остановкой по сигналу, поворот вокруг себя. Бег с ускорением и замедлением темпа. ОРУ с ленточками.		Набор овощей и фруктов, мешочки с песком 20 шт. зонтик.	
85-86	«Наша маленькая планета» (День Земли + День космонавтики»)	Мы космонавты	Обучать влезанию на гимнастическую стенку и спуск с неё. Повторить ходьбу по гимнастической скамейке –руки за голову Закрепить прыжки через шнуры -5см	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим по ориентиру. Ходьба с остановкой по сигналу, поворот вокруг себя. Бег с ускорением и замедлением темпа.	Самолёты в/п Муз.упр. Где же наши ручки	Гимнастическая скамейка, ленточки по2 на ребёнка, 5 шнуров.	Беседа «Роль семьи в оздоровлении детей».

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

				ОРУ с ленточками.	ки.		
87	«Наша маленькая планета» (День Земли + День космонавтики)	Космическая прогулка	Игровые упражнения: Мы топаем ногами. Допрыгай до флажка Попади в ямку (метание) П/И: "Карусель", "Самолеты"	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим по ориентиру. Ходьба с остановкой по сигналу, поворот вокруг себя. Бег с ускорением и замедлением темпа. ОРУ с ленточками.		2 флажка, мячи малого диаметра 10 шт.	
88-89	«В одном счастливом детстве» (день рождения детского сада)	Счастливое детство.	Обучать бросанию набивного мяча вдаль. Повторить влезание на гимнастическую стенку и спуск с неё. Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке с поворотом вокруг себя	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим . Ходьба высоко поднимая колени, со сменой направлений по сигналу,. Бег со сменой темпа по сигналу. ОРУ с мячом	Лохматый пёс в/п Муз.упр. Где же наши ручки.	Гимнастическая скамейка, мячи по количеству детей, мешочки с песком.	Консультация «Закаливание организма при использовании плавательных процедур»
90	«В одном счастливом детстве» (день рождения детского сада)	Счастливое детство.	Игровые упражнения: Мы топаем ногами. Допрыгай до флажка Попади в ямку (метание) П/И: "Лохматый пёс", "По ровненькой дорожке"	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим . Ходьба высоко поднимая колени, со сменой направлений по сигналу,. Бег со сменой темпа по сигналу ОРУ с мячом		2 флажка, мячи малые 10 шт., корзина	

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

91-92	«Книжкина неделя»	В гости к Айболиту	Обучать прямому галопу Повторить бросание набивного мяча. Закрепить влезание на гимнастическую стенку и спуск с неё	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим . Ходьба высоко поднимая колени, со сменой направлений по сигналу,. Бег со сменой темпа по сигналу ОРУ с мячом	Догони мяч в/п Муз.упр. Где же наши ручки.	Мячи по количеству детей, 10 набивных мячей.	Беседа: «Закаливающее средство для детей с ослабленным здоровьем «Босоножье»
93	«Книжкина неделя»	Здоровье в порядке – спасибо зарядке	Игровые упражнения: Поймай и брось мяч, Лошадки (прямой галоп) Мяч по кругу П/И – "Догони мяч", "Угадай кто кричит?"	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим . Ходьба высоко поднимая колени, со сменой направлений по сигналу,. Бег со сменой темпа по сигналу ОРУ с мячом		Мячи по количеству детей.	
94-95	«Мои друзья - насекомые» <i>Проектная деятельность детей</i>	Мои друзья насекомые	Обучать ходьбе по наклонной доске с переходом на г.стенку. Повторить прямой галоп Закрепить бросание набивного мяча.	Построение в колонну, повороты. Размыкание и смыкание при построении и перестроении обычным шагом. Ходьба на носках, на пятках, приставным шагом вперёд. Бег с изменением темпа по сигналу. ОРУ с гим. палкой.	Найди свое место в поезде в/п Муз.игра Головами покиваем	Г. палки по количеству детей, доска с крючками, набивные мячи 5шт.	Консультация на тему «Закаливание детского организма»
96	«Мои друзья - насекомые» <i>Проектная деятельность де-</i>	Мои друзья насекомые	Игровые упражнения: Мы топаем ногами. Лошадки. Кто дальше бросит	Построение в колонну, повороты. Размыкание и смыкание при построении и перестроении обычным шагом. Ходьба приставным шагом вперёд. Бег с изменением темпа по сигналу. ОРУ с гим. палкой.		Скакалки, мячи 5 шт.	

	<i>тей</i>		П/И: Найди своё место в поезде Удочка				
97-98	«Спасибо Деду за Победу!»	Мы наследники победы.	Обучать бросанию мяча вверх и его ловля 3-4 раза Повторить ходьбу по наклонной доске с переходом на г.стенку. Закрепить прямой галоп	Построение в колонну, повороты. Размыкание и смыкание при построении и перестроении обычным шагом. Ходьба на носках, на пятках, приставным шагом вперёд. Бег с изменением темпа по сигналу. ОРУ с гим. палкой.	Найди свой домик в/п Муз.игра Головами покиваем	Г. палки по количеству детей, доска с крючками, мячи по кол.детей. 4 игрушки	Беседа «Игры для детей на воде»
99	«Спасибо Деду за Победу!»	Мы наследники победы.	Игровые упражнения: Мы топаем ногами. Лошадки Подбрось - поймай, упасть не давай. П/И: Найди свой домик По ровненькой дорожке	Построение в колонну, повороты. Размыкание и смыкание при построении и перестроении обычным шагом. Ходьба приставным шагом вперёд. Бег с изменением темпа по сигналу ОРУ с гим. палкой.		2 флажка, мячи малые 10 шт., корзина	
100-101	«День музеев» <i>Проектная деятельность детей</i>	День в музее	Обучать прыжкам в высоту с места с хлопком сверху. Повторить бросание мяча вверх и его ловля 3-4 раза Закрепить ходьбу по наклонной	Построение в колонну, повороты. Размыкание и смыкание при построении и перестроении обычным шагом. Ходьба на носках, на пятках, приставным шагом вперёд. Бег в колонне с чередованием враспынную	У медведя во бору в/п Муз.игра Головами поки-	Доска с крючками, мячи по кол.детей, маска медведя.	Консультация для родителей «Хождение босиком для детей»

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

	<i>тея</i>		доске с переходом на г.стенку.	ОРУ без предметов	ваем		
102	«День музеев» <i>Проектная деятельность детей</i>	День в музее	Игровые упражнения: Подбрось – поймай, упасть не давай, Мы топаем ногами Мяч по кругу П\И – У медведя во бору Поймай комара	Построение в колонну, повороты. Размыкание и смыкание при построении и перестроении обычным шагом. Ходьба на носках, на пятках, приставным шагом вперёд. Бег в колонне с чередованием врассыпную ОРУ без предметов		мячи по кол.детей, маска медведя, комар на верёвочке	
103-104	«Перелетные птицы, труд людей весной»	Перелет птиц	Обучать прыжкам в высоту с места с хлопком вверх. Повторить бросание мяча вверх и его ловля 3-4 раза Закрепить ходьбу по наклонной доске с переходом на г.стенку.	Построение в колонну, повороты. Размыкание и смыкание при построении и перестроении обычным шагом. Ходьба на носках, на пятках, приставным шагом вперёд. Бег в колонне с чередованием врассыпную ОРУ без предметов	Светофор в/п Муз.игра Головами покиваем	Доска с крючками, мячи по кол.детей, сигналы светофора.	Консультация для родителей «Безопасность детей летом»
105	«Перелетные птицы, труд людей весной»	Перелет птиц	Игровые упражнения: Подбрось – поймай, упасть не давай, Мы топаем ногами Мяч по кругу П\И – Светофор Поймай комара	Построение в колонну, повороты. Размыкание и смыкание при построении и перестроении обычным шагом. Ходьба на носках, на пятках, приставным шагом вперёд. Бег в колонне с чередованием врассыпную ОРУ без предметов		Мячи по кол.детей, сигналы светофора, комар на верёвочке	

106-107	«Зеленый огонек здоровья» (ЗОЖ, безопасность ДД)	Зеленый огонек	Повторить бросание мяча вверх и его ловля 3-4 раза Закрепить ходьбу по наклонной доске с переходом на г.стенку. Закрепить прямой галоп.	Построение в колонну, повороты. Размыкание и смыкание при построении и перестроении обычным шагом. Ходьба на носках, на пятках, приставным шагом вперед. Бег с изменением темпа по сигналу ОРУ с гимнастической палкой.	Найди свой домик в/п Муз.игра Головами покиваем	Г. палки по количеству детей, доска с крючками, мячи по кол.детей. 4 игрушки	Консультация для родителей «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»
108	«Зеленый огонек здоровья» (ЗОЖ, безопасность ДД)	Мы за ЗОЖ	Игровые упражнения: Мы топаем ногами. Лошадки Подбрось - поймай, упасть не давай. П/И: Найди свой домик По ровненькой дорожке	Построение в колонну, повороты. Размыкание и смыкание при построении и перестроении обычным шагом. Ходьба приставным шагом вперед. Бег с изменением темпа по сигналу ОРУ с гимнастической палкой.		2 флажка, мячи малые 10 шт., корзина	

Комплексно-тематический план - средняя группа

№	Тема календаря жизни	Тема	Задачи	Краткое содержание НОД	Совместная деятельность	Изменения в РППС	Взаимодействие с семьей
1	«Здравствуй ,детский сад»	«Мой детский сад»	Учить прокатыванию обручей друг другу по прямой. Закрепить ходьбу по извилистой дорожке с перешагиванием через кубики; повторить ползание на четвереньках по прямой, прокатывая перед собой мяч.	Ходьба по кругу, взявшись за руки с ускорением и замедлением темпа. Бег по залу, взявшись за одну руку (цепочкой), со сменой направления – змейкой. ОРУ С косичкой.	ПИ «По ровненькой дорожке», «Подарки»	Спортивный инвентарь	Предложить родителям побеседовать с ребенком о пользе витаминов и занятий спортом.
2	«Здравствуй ,детский сад»	«Мой детский сад»	Учить прокатыванию обручей друг другу по прямой. Закрепить ходьбу по извилистой дорожке с переша-	Ходьба по кругу, взявшись за руки с ускорением и замедлением темпа. Бег по залу, взявшись за одну руку (цепоч-	ПИ «По ровненькой дорожке»,	Спортивный инвентарь	Дать рекомендации родителям «Как при-

			гиванием через кубики; повторить ползание на четвереньках по прямой, прокатывая перед собой мяч.	кой), со сменой направления – змейкой. ОРУ С косичкой.	«Подарки»		общить ребёнка к культуре спорта»
3	«Золотая осень» (картинки осени)	«Золотая осень»	Учить прыжкам на двух ногах поочередно через 5-6 линий (расстояние 40-50см.), повторить прокатывание обручей друг другу между предметами (расстояние 40-50см.), закрепить ползание на четвереньках «змейкой», покатывая головой.	Ходьба на носках, на пятках, на наружных сторонах стопы. Бег со сменой направления по звуковому сигналу (кругом) 4-5раз.	ПИ «Подарки», «У медведя во бору»	Спортивный инвентарь	Предложить родителям поспорить с ребёнком «Кто дальше прыгнет»
4	«Золотая осень» (картинки осени)	«Золотая осень»	Учить прыжкам на двух ногах поочередно через 5-6 линий (расстояние 40-50см.), повторить прокатывание обручей друг другу между предметами (расстояние 40-50см.), закрепить ползание на четвереньках «змейкой», покатывая головой.	Ходьба на носках, на пятках, на наружных сторонах стопы. Бег со сменой направления по звуковому сигналу (кругом) 4-5раз.	ПИ «Подарки», «У медведя во бору»	Спортивный инвентарь	Предложить родителям поспорить с ребёнком «Кто дальше прокатит обруч»
5	«Урожай собирай – витамины запасай!» (овощи и фрукты)	«Собираем урожай»	Учить ходьбе по шнуру, по прямой и по кругу, руки за спиной (100-120см.) Повторить прыжки на одной ноге поочередно – то на левой, то на правой и с поворотом кругом на двух ногах. Закрепить прокатывание обруча друг другу между предметами.	Нахождение своего места в колонне по росту. Ходьба со сменой направления в обратную сторону по сигналу воспитателя – кругом. Чередование бега в колонне по кругу, с бегом в рассыпную по залу (2-3раза). ОРУ без предметов	ПИ «Карусель» , «По ровненькой дорожке»	Спортивный инвентарь	Предложить родителям поиграть с ребёнком в подвижные игры со сменой направления.
6	«Урожай собирай – витамины запасай!» (овощи и фрукты)	«Собираем урожай»	Учить ходьбе по шнуру, по прямой и по кругу, руки за спиной (100-120см.) Повторить прыжки на одной ноге поочередно – то на левой, то на правой и с поворотом кругом на двух ногах. Закрепить прокатывание обруча друг другу	Нахождение своего места в колонне по росту. Ходьба со сменой направления в обратную сторону по сигналу воспитателя – кругом. Чередование бега в колонне по кругу, с бегом в рассыпную по залу (2-3раза). ОРУ без предметов	ПИ «Карусель» , «По ровненькой дорожке»	Спортивный инвентарь	Консультация «Зачем нужно учиться ориентироваться в пространстве?»

			между предметами.				
7	«Правила дорожные очень всем нужны, правила дорожные знать все должны!»	«Соблюдаем правила дорожного движения»	Обучать ползанию по гимнастической скамье на животе. Закрепить прыжки на одной ноге поочередно и вместе, с продвижением вперед. Повторить ходьба по шнуру по прямой, по кругу, змейкой руки за головой.	Нахождение своего места в колонне по одному Ходьба со сменой направления по зрительному сигналу. Бег с поворотом кругом чередовать с бегом врассыпную по залу.	ПИ «Карусель», «Найди где спрячано»	Спортивный инвентарь	Рисование «животные-спортсмены»
8	«Правила дорожные очень всем нужны, правила дорожные знать все должны!»	«Соблюдаем правила дорожного движения»	Обучать ползанию по гимнастической скамье на животе. Закрепить прыжки на одной ноге поочередно и вместе, с продвижением вперед. Повторить ходьба по шнуру по прямой, по кругу, змейкой руки за головой.	Нахождение своего места в колонне по одному Ходьба со сменой направления по зрительному сигналу. Бег с поворотом кругом чередовать с бегом врассыпную по залу.	ПИ «Карусель», «Найди где спрячано»	Спортивный инвентарь	Конкурс «Новая подвижная игра»
9	«Чудеса осени» (осенние изменения в природе)	«Путешествие в осенний лес»	Обучать прокатыванию мяча друг другу из разных исходных положений двумя и одной рукой. Закрепить ходьбу по шнуру «змейкой» руки в стороны. Повторить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, с места за направляющим по ориентиру. Ходьба приставным шагом вперед и назад стоя в шеренге. Обычный бег в колонне с чередованием бега с высоким подниманием бедра. ОРУ с гимнастической палкой.	ПИ «Цирковые лошадки», «Кто ушел»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Почему дети разные?»

10	«Чудеса осени» (осенние изменения в природе)	«Путешествие в осенний лес»	Обучать прокатыванию мяча друг другу из разных исходных положений двумя и одной рукой. Закрепить ходьбу по шнуру «змейкой» руки в стороны. Повторить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, с места за направляющим по ориентиру. Ходьба приставным шагом вперед и назад стоя в шеренге. Обычный бег в колонне с чередованием бега с высоким подниманием бедра. ОРУ с гимнастической палкой.	ПИ «Цирковые лошадки», «Кто ушел»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Семья и семейные ценности»
11	«Дары северной природы»	«Дары северной природы»	Обучать прямому галопу. Повторить прокатыванию мяча друг другу из разных исходных положений двумя и одной рукой. Закрепить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, с места за направляющим по ориентиру. Ходьба приставным шагом вперед и назад стоя в шеренге. бег мелким и широким шагом. ОРУ с гимнастической палкой.	П.и. «Цирковые лошадки», «Поровенькой дорожке»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Малыши холода не боятся»
12	«Дары северной природы»	«Дары северной природы»	Обучать прямому галопу. Повторить прокатыванию мяча друг другу из разных исходных положений двумя и одной рукой. Закрепить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, с места за направляющим по ориентиру. Ходьба приставным шагом вперед и назад стоя в шеренге. бег мелким и широким шагом. ОРУ с гимнастической палкой.	П.и. «Цирковые лошадки», «Поровенькой дорожке»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Игровая деятельность в семье»
13	«Заглянула осень в сад -птицы улетели» (перелетные птицы)	«Заглянула осень в сад-птицы улетели»	Обучать ходьбе по доске с мешочком на голове, руки на пояс. Продолжаем обучать прямому галопу по кругу, руки за спиной. Закреплять прокатывание мяча друг другу из разных исходных положений.	Перестроение с колоны по одному в колоны по два, с места за направляющим по ориентиру. Повороты направо, налево с переступанием. ОРУ с флажками Чередование обычной ходьбы с ходьбой с полуприсяд.	ПИ «Самолеты» (бег в рассыпную с остановкой по сигналу)	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Правила безопасности для детей. Безопасность на дорогах»

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

14	«Заглянула осень в сад -птицы улете-ли» (перелетные птицы)	Заглянула осень в сад-птицы улете-ли	Обучать ходьбе по доске с мешочком на голове, руки на пояс. Продолжаем обучать прямому галопу по кругу, руки за спиной. Закреплять прокатывание мяча друг дру-гу из разных исходных положений.	Перестроение с колоны по одному в колоны по два, с места за направляющим по ориентиру. Повороты направо, налево с переступанием. ОРУ с флажками Чередование обычной ходьбы с ходьбой с полуприсяд.	ПИ «Самолеты» (бег в рассыпную с остановкой по сигналу)	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Роль семьи в физическом воспитании ребенка»
15	«Моя дорогая Коми земля!»	«Дорогая Коми земля».	Учить перебрасыванию мяча друг другу от груди и снизу. Повторить х-бу по гимнастической скамье, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперед. Закрепить прыжки через предметы (кирпичики, воротики), чередуя прыжок на двух, на од- ной ноге, продвигаясь вперед.	Повороты на месте кругом, перестроение в три колонны. Об. ходьба в соч. с х-бой согнувшись, обхватив руками голень ног, на носках. Бег, высоко поднимая колени, по сигналу бег врассыпную, в колонне обычный бег. С гим- кой палкой Х-ба по гимнастической скамье, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперед. Прыжки через предметы (кирпичики, воротики), чередуя прыжок на двух, на од- ной ноге, продвигаясь вперед. Перебрасывание мяча друг другу от груди и снизу.	П/и «Мы веселые ребята». «Колпачок и палочка»	Спортивный инвентарь	Беседа «Влияние родительских установок на развитие детей»
16	«Моя дорогая Коми земля!»	«Дорогая Коми земля».	Учить перебрасыванию мяча друг другу от груди и снизу. Повторить х-бу по гимнастической скамье, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперед. Закрепить прыжки через предметы (кирпичики, воротики), чередуя прыжок на двух, на од- ной ноге, продвигаясь вперед.	Повороты на месте кругом, перестроение в три колонны. Об. х-ба в соч. с х-бой согнувшись, обхватив руками голень ног, на носках. Бег, высоко поднимая колени, по сигналу бег врассыпную, в колонне обычный бег. С гим- кой палкой Х-ба по гимнастической скамье, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперед. Прыжки через предметы (кирпичики, воротики), чередуя прыжок на двух, на од- ной ноге, продвигаясь вперед. Перебрасывание	П/и «Мы веселые ребята». «Колпачок и палочка»	Спортивный инвентарь	Беседа «Влияние родительских установок на развитие детей»

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

				мяча друг другу от груди и снизу.			
17	«Я и моя семья»	«Моя спортивная семья»	Обучать прямому галопу. Повторить прокатыванию мяча друг другу из разных исходных положений двумя и одной рукой. Закрепить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, с места за направляющим по ориентиру. Ходьба приставным шагом вперед и назад стоя в шеренге. бег мелким и широким шагом. ОРУ с гимнастической палкой.	П.и. «Цирковые лошадки»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Игры, которые можно провести дома»
18	«Я и моя семья»	«Моя спортивная семья»	Обучать прямому галопу. Повторить прокатыванию мяча друг другу из разных исходных положений двумя и одной рукой. Закрепить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, с места за направляющим по ориентиру. Ходьба приставным шагом вперед и назад стоя в шеренге. бег мелким и широким шагом. ОРУ с гимнастической палкой.	П.и. «Цирковые лошадки»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Будь здоров малыш»
19	«Что нам стоит дом построить!» (архитектура)	«Физкульт - ура»	Обучать бросанию мяча вверх, вниз об пол и ловле его двумя руками 3-4раза подряд. Продолжать учить подлезание под препятствие правым и левым боком. Закреплять ходьбу по доске, перешагивая через предметы (руки в стороны).	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении за направляющим. Ходьба со сменой ведущего. Бег со сменой ведущего. ОРУ с малым мячом.	П/и «Мы веселые ребята». «Колпачок и палочка»	Спортивный инвентарь	Рисование «Воркута – город спорта»

20	«Что нам стоит дом построить!» (архитектура)	«Физкульт - ура»	Обучать бросанию мяча вверх, вниз об пол и ловле его двумя руками 3-4раза подряд. Продолжать учить подлезание под препятствие правым и левым боком. Закреплять ходьбу по доске, перешагивая через предметы (руки в стороны).	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении за направляющим. Ходьба со сменой ведущего. Бег со сменой ведущего. ОРУ с малым мячом.	П/и «Мы веселые ребята». «Колпачок и палочка»	Спортивный инвентарь	Рисование «Воркута – город спорта»
21	«Россия огромная страна»	«Мы будущие чемпионы»	Закреплять бросание мяча вверх и ловлю его, не прижимая к груди, вниз об пол и ловлю его двумя руками несколько раз подряд. Продолжать закреплять прыжки боком вправо-влево. Обучать ходьбе по доске с предметами в руках (руки в стороны).	Бег со сменой ведущего в колонне в чередовании с ходьбой врассыпную, ходьба с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса (махи рук вперед-назад, вращение кистями) Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении за направляющим. ОРУ без предметов.	ПИ «Мыльные пузыри», «Пузырь»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Здоровое питание для дошкольников»
22	«Россия огромная страна»	«Мы будущие чемпионы»	Закреплять бросание мяча вверх и ловлю его, не прижимая к груди, вниз об пол и ловлю его двумя руками несколько раз подряд. Продолжать закреплять прыжки боком вправо-влево. Обучать ходьбе по доске с предметами в руках (руки в стороны).	Бег со сменой ведущего в колонне в чередовании с ходьбой врассыпную, ходьба с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса (махи рук вперед-назад, вращение кистями) Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении за направляющим. ОРУ без предметов.	ПИ «Мыльные пузыри», «Пузырь»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»
23	«Дружба – это хорошо, дружба – это весело!»	«Дружба это хорошо-дружба -это весело»	Закреплять перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим, по ориентиру. Повороты направо, налево переступанием. Чередование ходьбы в парах в колонне по залу, с ходьбой в рассыпную - «Чья пара быстрее найдет друг друга». Продолжать учить держать	Ходьба по доске с мешочком на голове, руки произвольно – продолжаем закреплять. Ноги вместе – ноги врозь с хлопками на головой – закрепляем. Пролезание между рейками лестницы, поставленной на бок, на средних четвереньках – обучаем.	ПИ «Мыльные пузыри», «Найди где спрятано»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Развиваем мелкую моторику рук у детей»

			равновесие .				
24	«Дружба – это хорошо, дружба – это весело!»	«Дружба это хорошо-дружба это весело»	Закреплять перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим, по ориентиру. Повороты направо, налево переступанием. Чередование ходьбы в парах в колонне по залу, с ходьбой в рассыпную - «Чья пара быстрее найдет друг друга». Продолжать учить держать равновесие .	Ходьба по доске с мешочком на голове, руки произвольно – продолжаем закреплять. Ноги вместе – ноги врозь с хлопками на головой – закрепляем. Пролезание между рейками лестницы, поставленной на бок, на средних четвереньках – обучаем.	ПИ «Мыльные пузыри», «Найди где спрятано	Спортивный инвентарь	Беседа с родителями «Советы по проведению подвижных игр дома»
25	«С днем рождения, любимый город!»	«С праздником, любимый город!»	Закреплять ходьбу по доске с мешочком на голове, руки на поясе. Обучать отбивание мяча об пол на месте правой и левой рукой (5разподряд). Продолжать закреплять пролезание между рейками лестницы, поставленной на бок, на низких четвереньках. Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за направляющим.	Повороты направо, налево. Ходьба с чередованием бега и прыжками на месте и с продвижением вперед. Бег с чередованием ходьбы и прыжками на месте и в движении. ОРУ с обручами.	ПИ «Кто быстрее добежит до флажка», «Пузырь»	Спортивный инвентарь	Беседа: «Закаливающие процедуры в группе и на прогулке»
26	«С днем рождения, любимый город!»	«С праздником, любимый город!»	Закреплять ходьбу по доске с мешочком на голове, руки на поясе. Обучать отбивание мяча об пол на месте правой и левой рукой (5разподряд). Продолжать закреплять пролезание между рейками лестницы, поставленной на бок, на низких четвереньках. Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении за	Повороты направо, налево. Ходьба с чередованием бега и прыжками на месте и с продвижением вперед. Бег с чередованием ходьбы и прыжками на месте и в движении. ОРУ с обручами.	ПИ «Кто быстрее добежит до флажка», «Пузырь»	Спортивный инвентарь	Беседа: «Закаливающие процедуры в группе и на прогулке»

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

			направляющим.				
27	«Поет зима аukaет. Мохнатый лес баюкает»	«Зима поет»	Обучать детей прыжкам с продвижением вперед через 6 – 9 линий, повторить отбивание мяча от пола на месте, правой и левой рукой. Закреплять пролезание между ножками стула на четвереньках.	Перестроение из колонны по одному, в колонну по два в движении за направляющим. Бег со сменой ведущего в колонне в чередовании с ходьбой в рассыпную. Бег со сменой ведущего в колонне в чередовании с ходьбой в рассыпную. ОРУ с малым мячом.	ПИ «Найди где спрятано», «Кто быстрее добежит до кружа»	Спортивный инвентарь	Консультация «Профилактическая работа с детьми: мед. осмотры, прививки витаминизация»
28	«Поет зима аukaет. Мохнатый лес баюкает»	«Зима поет»	Обучать детей прыжкам с продвижением вперед через 6 – 9 линий, повторить отбивание мяча от пола на месте, правой и левой рукой. Закреплять пролезание между ножками стула на четвереньках.	Перестроение из колонны по одному, в колонну по два в движении за направляющим. Бег со сменой ведущего в колонне в чередовании с ходьбой в рассыпную. Бег со сменой ведущего в колонне в чередовании с ходьбой в рассыпную. ОРУ с малым мячом.	ПИ «Найди где спрятано», «Кто быстрее добежит до кружа»	Спортивный инвентарь	Консультация «Профилактическая работа с детьми: мед. осмотры, прививки витаминизация»
29	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	Продолжаем обучать - отбивание мяча об пол на месте правой и левой рукой (5разряд) Обучаем -прыжки с продвижением вперед через6-8 линий (расстояние 50-60см).	Размыкание и смыкание приставным шагом. Ходьба по пересеченной местности. бег по пересеченной местности Закрепляем - между ножками стула на четвереньках («тоннель).	ПИ «Найди где спрятано», «Кто быстрее добежит до флажка»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Семейный досуг зимой»
30	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	Продолжаем обучать - отбивание мяча об пол на месте правой и левой рукой (5разряд) Обучаем -прыжки с продвижением вперед через6-8 линий (расстояние 50-60см).	Размыкание и смыкание приставным шагом. Ходьба по пересеченной местности. бег по пересеченной местности. Закрепляем - между ножками стула на четвереньках («тоннель).	ПИ «Найди где спрятано», «Кто быстрее добежит до флажка»	Спортивный инвентарь	Беседа «Профилактике плоскостопия»
31	«Город мастеров»	«Смелые»	Продолжать обучать отбиванию мяча об пол на месте правой и ле-	Размыкание и смыкание приставным шагом. Ходьба по пересеченной мест-	ПИ «Найди где спрятано», «Кто	Спортивный	Предложить родителям

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

	(проекты по подготовке к утренникам)	альпинисты»	вой рукой (5разподряд) Обучать прыжкам с продвижением вперед через 6-8 линий (расстояние 50-60см).	ности. бег по пересеченной местности. Закрепляем - между ножками стула на четвереньках («тоннель).	быстрее добежит до флажка»	инвентарь	придумать игры для игры в рождество
32	«Город мастеров» (проекты по подготовке к утренникам)	«Смелые альпинисты»	Продолжать обучать отбиванию мяча об пол на месте правой и левой рукой (5разподряд) Обучать прыжкам с продвижением вперед через 6-8 линий (расстояние 50-60см).	Размыкание и смыкание приставным шагом. Ходьба по пересеченной местности. бег по пересеченной местности. Закрепляем - между ножками стула на четвереньках («тоннель).	ПИ «Найди где спрятано», «Кто быстрее добежит до флажка»	Спортивный инвентарь	Предложить родителям придумать игры для игры в рождество
33	«Зимовье зверей»	«Спортивная эстафета»	Закреплять перестроение из двух колонн в две шеренги. Развивать умение делать перебежки (бег навстречу друг другу, не наталкиваясь, найти четко свое место в шеренге). Продолжать учить ходьбе с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса.	ОРУ без предметов Ходьба с преодолением дополнительных препятствий Ходьбе с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса.	ПИ «Найди пару» ПИ «Снежиночки -пушиночки», «Непоседа воробей», «Разноцветные снежки», «Медвежонок».	Спортивный инвентарь	В условиях семьи необходимо стремиться соблюдать тот же четкий распорядок дня и занятий детей, что и в детском саду.
34	«Зимовье зверей»	«Спортивная эстафета»	Закреплять перестроение из двух колонн в две шеренги. Развивать умение делать перебежки (бег навстречу друг другу, не наталкиваясь, найти четко свое место в шеренге). Продолжать учить ходьбе с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса.	ОРУ без предметов Ходьба с преодолением дополнительных препятствий Ходьбе с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса.	ПИ «Найди пару» ПИ «Снежиночки -пушиночки», «Непоседа воробей», «Разноцветные снежки», «Медвежонок».	Спортивный инвентарь	В условиях семьи необходимо стремиться соблюдать тот же четкий распорядок дня и занятий детей, что и в детском саду.

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

35	«Народные традиции России»	«Русские богатыри»	Обучать метанию предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (раст. 2-3.5м.); Продолжать учить перелазить через скамейку боком; Закреплять ходьбу по наклонной доске с перешагиванием через предметы.	ОРУ с мячом Ходьба с преодолением дополнительных препятствий (перешагиванием с кочки на кочку) Бег с преодолением препятствий (перепрыгивание). Бег змейкой, огибая поставленные кегли.	ПИ «Найди свой домик по цвету», «Как у курочки хохлатки»	Спортивный инвентарь	Беседа «Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма»
36	«Народные традиции России»	«Русские богатыри»	Обучать метанию предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (раст. 2-3.5м.); Продолжать учить перелазить через скамейку боком; Закреплять ходьбу по наклонной доске с перешагиванием через предметы.	ОРУ с мячом Ходьба с преодолением дополнительных препятствий (перешагиванием с кочки на кочку) Бег с преодолением препятствий (перепрыгивание). Бег змейкой, огибая поставленные кегли.	ПИ «Найди свой домик по цвету», «Как у курочки хохлатки»	Спортивный инвентарь	Беседа «Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма»
37	«Братья наши меньшие – птицы»	«В гостях у воробья»	Повторить перелезание через бревно боком. Учить прыжкам вверх с места, с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка (на 15см). Закрепить метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расст 2-2.5 м.).	Ходьба по пересеченной местности. Бег с ловлей и увертыванием в разных ситуациях (догонять убегающего и убежать от догоняющего). ОРУ с мячом	ПИ «Как у курочки хохлатки», «Кто ушел»	Спортивный инвентарь	Консультация «Прогулки это важно»
38	«Братья наши меньшие – птицы»	«В гостях у воробья»	Повторить перелазание через бревно боком. Учить прыжкам вверх с места, с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка (на 15см). Закрепить метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расст 2-2.5 м.).	Ходьба по пересеченной местности. Бег с ловлей и увертыванием в разных ситуациях (догонять убегающего и убежать от догоняющего). ОРУ с мячом	ПИ «Как у курочки хохлатки», «Кто ушел»	Спортивный инвентарь	Консультация «Прогулки это важно»

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

39	«Все работы хороши-выбирай на вкус»	«Путешествие в страну профессий»	Обучать - Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20см выс. 30-5см). Продолжать обучать - Прыжки вверх с места с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка на 20см. Закреплять - Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2-2.5 м)	Бег с ловлей и увертыванием в разных ситуациях Чередование обычной ходьбы с ходьбой «змейкой». Повороты «кругом», переступая на месте	ПИ «Волк и зайцы» , МПИ «Что прыгает»	Спортивный инвентарь	Памятка для родителей Профилактика нарушений осанки.
40	«Все работы хороши-выбирай на вкус»	«Путешествие в страну профессий»	Обучать - Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20см выс. 30-5см). Продолжать обучать - Прыжки вверх с места с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка на 20см. Закреплять - Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2-2.5 м)	Бег с ловлей и увертыванием в разных ситуациях Чередование обычной ходьбы с ходьбой «змейкой». Повороты «кругом», переступая на месте.	ПИ «Волк и зайцы» , МПИ «Что прыгает»	Спортивный инвентарь	Памятка для родителей Профилактика нарушений осанки.
41	«Животные жарких стран»	«Путешествие в Африку»	Закрепляем - ходьба по наклонной доске и спуск с нее с подъемом ноги, согнутой в колене (коснуться мяча). Продолжаем отрабатывать прыжки, стоя на месте с зажатым мячом между ног. Обучаем - бросание мяча двумя руками из-за головы через шнур (расст. 2м).	Повороты «кругом», переступая на месте. Ходьба на носочках, пятках, на внешней стороне стопы, со сменой положения рук Бег в колонне с остановкой на звук. Сигнал со сменой направления	ПИ «Горячий мяч» , «Что прыгает»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Отец как воспитатель»
42	«Животные	«Путешествие	Закрепляем - ходьба по наклонной	Повороты «кругом», переступая на	ПИ «Горячий	Спортивный	Памятка для

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

	жарких стран»	в Африку»	доске и спуск с нее с подъемом ноги, согнутой в колене (коснуться мяча). Продолжаем отрабатывать прыжки, стоя на месте с зажатым мячом между ног. Обучаем - бросание мяча двумя руками из-за головы через шнур (расст. 2м).	месте. Ходьба на носочках, пятках, на внешней стороне стопы, со сменой положения рук Бег в колонне с остановкой на звук. Сигнал со сменой направления.	мяч» , «Что прыгает»	инвентарь	родителей Как облегчить процесс сидения? Что значит правильная посадка?
43	«Папа может всё, что угодно!» (мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества)	«Хочу быть как папа»	Продолжаем обучать - ходьба, бег и прыжки на двух ногах по наклонной доске вверх и вниз. Закреплять - прыжки вверх с места и с разбега с касанием предмета головой. Обучаем - ползание на средних и мелких четвереньках по доске (шир доски 15-20см).	Повороты «кругом», переступая на месте. Чередование ходьбы на месте с высоким подниманием бедра с об. ходьбой в движении по залу по звук. сигналу. Чередование бега в колонне по залу, с бегом на месте с высоким подниманием бедра – «лошадки».	ПИ «Ловишки», «По ровненькой дорожке»	Спортивный инвентарь	Консультация «Профилактика заболеваний зрения»
44	«Папа может всё, что угодно!» (мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества)	«Хочу быть как папа»	Продолжаем обучать - ходьба, бег и прыжки на двух ногах по наклонной доске вверх и вниз. Закреплять - прыжки вверх с места и с разбега с касанием предмета головой. Обучаем - ползание на средних и мелких четвереньках по доске (шир доски 15-20см).	Повороты «кругом», переступая на месте. Чередование ходьбы на месте с высоким подниманием бедра с об. ходьбой в движении по залу по звук. сигналу. Чередование бега в колонне по залу, с бегом на месте с высоким подниманием бедра – «лошадки».	ПИ «Ловишки», «По ровненькой дорожке»	Спортивный инвентарь	Консультация «Профилактика заболеваний зрения»
45	«Неделя доброй сказки» (сказки народов ми-	«В гостях у сказки »	Обучаем - ходьба по гимнастической скамье с палкой за головой на плечах. Продолжаем отрабатывать прыжки на одной ножке по цветной дорожке(3-5 м). Закрепляем бросание мяча двумя руками и	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении. Ходьба с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса с гимнастической палкой. Непрерывный бег «змейкой» с гимнастической палкой в руках в те-	ПИ «Колпачок и палочка», «Лиса в курятнике»	Спортивный инвентарь	Предложить родителям провести дома уроки «Здоровья»

	ра)		одной рукой через препятствие с расстояния 2м.	чении 1,5мин. . ОРУ с палкой.			
46	«Неделя доброй сказки» (сказки народов мира)	«В гостях у сказки »	Обучаем - ходьба по гимнастической скамье с палкой за головой на плечах. Продолжаем отрабатывать прыжки на одной ножке по цветной дорожке(3-5 м). Закрепляем бросание мяча двумя руками и одной рукой через препятствие с расстояния 2м.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении. Ходьба с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса с гимнастической палкой. Непрерывный бег «змейкой» с гимнастической палкой в руках в течении 1,5мин. ОРУ с палкой.	ПИ « Колпачок и палочка», «Лиса в курятнике»	Спортивный инвентарь	Предложить родителям провести дома уроки «Здоровья»
47	«Мамочка, родная, я люблю тебя!» «Широкая Масленица!»	«Мамочка родная,я люблю тебя» «Широкая Масленица!»	Продолжаем отрабатывать - ходьба по гимнастическому буму с гимнастической палкой за головой. Закрепляем прыжки с высоты 25 см в обруч. Обучаем - лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении. Ходьба на пятках на носках на наружном своде стопы со сменой положения рук (с гимнастической палкой) Бег в чередовании с ходьбой (3-4 раза). ОРУ с палкой	ПИ «Лиса в курятнике», «Колпачок и палочка»	Спортивный инвентарь	Предложить родителям устраивать дома «Дни здоровья»
48	«Мамочка, родная, я люблю тебя!» «Широкая Масленица!»	«Мамочка родная,я люблю тебя» «Широкая Масленица!»	Продолжаем отрабатывать - ходьба по гимнастическому буму с гимнастической палкой за головой. Закрепляем прыжки с высоты 25 см в обруч. Обучаем - лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении. Ходьба на пятках на носках на наружном своде стопы со сменой положения рук (с гимнастической палкой) Бег в чередовании с ходьбой (3-4 раза ОРУ с палкой)	ПИ «Лиса в курятнике», «Колпачок и палочка»	Спортивный инвентарь	Предложить родителям сочинить совместно с ребенком сказку о любом виде спорта

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

49	«Мы поедem, мы помчимся»	«Гонщики»	Закрепляем - ходьба по гимн. бума с мешочком на голове. Обучаем - метание предмета на дальность (раст 3,5 – 6,5м) Продолжаем отрабатывать лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении. Ходьба с остановкой на зрительной сигнал (красного, синего, желтого цвета). Бег в чередовании с ходьбой: с одной стороны зала пробегать по узкой извилистой дорожке ОРУ с кольцом	ПИ «Цветные автомобили», «Найди где спрятано»	Спортивный инвентарь	Предложить родителям проводить с ребенком гимнастика пробуждения (в постели)
50	«Мы поедem, мы помчимся»	«Гонщики»	Закрепляем - ходьба по гимн. бума с мешочком на голове. Обучаем - метание предмета на дальность (раст 3,5 – 6,5м) Продолжаем отрабатывать лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении. Ходьба с остановкой на зрительной сигнал (красного, синего, желтого цвета). Бег в чередовании с ходьбой: с одной стороны зала пробегать по узкой извилистой дорожке ОРУ с кольцом	. ПИ «Цветные автомобили», «Найди где спрятано»	Спортивный инвентарь	Предложить родителям проводить с ребенком гимнастика пробуждения (в постели)
51	«Весеннее пробуждение» (весенние изменения в природе)	«Весеннее пробуждение»	Обучать - прыжки в высоту с места. Продолжаем отрабатывать метание предметов на дальность (на черту) расстояние 3,5 – 6м. Закрепляем - лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении. Ходьба с остановкой на звуковой сигнал (встать на одной ножке, присесть...) Бег со средней скоростью «змейкой» в чередовании с ходьбой (80-120м) ОРУ с кольцом.	ПИ «Цветные автомобили», «Из кружка в кружок»	Спортивный инвентарь	Консультация «Массаж грудной клетки часто болеющим детям»
52	«Весеннее пробуждение» (весенние изменения в природе)	«Весеннее пробуждение»	Обучать - прыжки в высоту с места. Продолжаем отрабатывать метание предметов на дальность (на черту) расстояние 3,5 – 6м. Закрепляем - лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении. Ходьба с остановкой на звуковой сигнал (встать на одной ножке, присесть...) Бег со средней скоростью «змейкой» в чередовании с ходьбой (80-120м) ОРУ с кольцом	ПИ «Цветные автомобили», «Из кружка в кружок»	Спортивный инвентарь	Консультация «Зимние игры и развлечения детей»
53	«Театр» (театральная неделя)	«В театре»	Закрепляем - ходьба по наклонному бревну с дополнительным заданием для рук. Обучаем - прыжки в длину с места. Продолжаем отра-	Перестроение из колонны по одному в колонну по три, в движении Ходьба в колонне змейкой, с поворотом кругом по сигналу Чередование бега в колонне	ПИ «Огуречик», «Из кружка в кру-	Спортивный инвентарь	Беседа «Точечный массаж при ОРЗ».

			батывать метание предметов вдаль (попади в цель) расстояние 3,5- 6м	с бегом врассыпную в медленном темпе (2-3р.) ОРУ с малым мячом.	жок»		
54	«Театр» (театральная неделя)	«В театре»	Закрепляем - ходьба по наклонному бревну с дополнительным заданием для рук. Обучаем - прыжки в длину с места. Продолжаем отрабатывать метание предметов вдаль (попади в цель) расстояние 3,5- 6м	Перестроение из колонны по одному в колонну по три, в движении Ходьба в колонне змейкой, с поворотом кругом по сигналу Чередование бега в колонне с бегом врассыпную в медленном темпе (2-3р.) ОРУ с малым мячом	. ПИ «Огуречик, огуречик», «Из кружка в кружок»	Спортивный инвентарь	Беседа «Точечный массаж при ОРЗ».
55	«К нам весенний ветерок залетел в окошко» (весенние краски)	« Весенний ветерок »	Обучаем - лазание по гимнастической стенке с перелезанием с одного пролета на другой приставным шагом вправо. Закрепляем прыжки в длину с места. Продолжаем отрабатывать - ходьба по наклонному бревну, ставя ногу с носка, руки на пояс.	Бег по залу в медленном темпе, с остановкой по сигналу – присесть, лечь на живот. Ходьба в колонне змейкой, с поворотом кругом по сигналу Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении. . ОРУ с малым мячом	ПИ «Бездомный заяц», «Из кружка в кружок»	Спортивный инвентарь	Беседа «Рациональное построение режима дня»
56	«К нам весенний ветерок залетел в окошко» (весенние краски)	« Весенний ветерок »	Обучаем - лазание по гимнастической стенке с перелезанием с одного пролета на другой приставным шагом вправо. Закрепляем прыжки в длину с места. Продолжаем отрабатывать - ходьба по наклонному бревну, ставя ногу с носка, руки на пояс.	Бег по залу в медленном темпе, с остановкой по сигналу – присесть, лечь на живот. Ходьба в колонне змейкой, с поворотом кругом по сигналу Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении. . ОРУ с малым мячом	ПИ «Бездомный заяц», «Из кружка в кружок»	Спортивный инвентарь	Беседа «Рациональное построение режима дня»
57	«Наша маленькая планета» (День Земли + День космонавтики)	«Мы космонавты»	Закрепляем - ходьба по гимн. буму с мешочком на голове. Обучаем - метание предмета на дальность (раст 3,5 – 6,5м) Продолжаем отрабатывать лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	Перестроение из колонны по одному в колонну по три, в движении Ходьба в колонне змейкой, с поворотом кругом по сигналу Чередование бега в колонне с бегом врассыпную в медленном темпе (2-3р.) ОРУ с малым мячом.	ПИ «Цветные автомобили», «Найди где спрятано»	Спортивный инвентарь	Беседа «Роль семьи в оздоровлении детей».

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

58	«Наша маленькая планета» (День Земли + День космонавтики))	«Мы космонавты»	Закрепляем - ходьба по гимн. буму с мешочком на голове. Обучаем - метание предмета на дальность (раст 3,5 – 6,5м) Продолжаем отрабатывать лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	Перестроение из колонны по одному в колонну по три, в движении Ходьба в колонне змейкой, с поворотом кругом по сигналу Чередование бега в колонне с бегом в рассыпную в медленном темпе (2-3р.) ОРУ с малым мячом.	ПИ «Цветные автомобили», «Найди где спрятано»	Спортивный инвентарь	Беседа «Роль семьи в оздоровлении детей».
59	«В одном счастливом детстве» (день рождения детского сада)	«Детство»	Продолжаем отрабатывать метание предметов на дальность (на черту) расстояние 3,5 – 6м. Закрепляем - лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении. Ходьба с остановкой на зрительной сигнал (красного, синего, желтого цвета). Бег в чередовании с ходьбой: с одной стороны зала пробегать по узкой извилистой дорожке	ПИ «Цветные автомобили», «Из кружка в кружок»		Консультация «Закаливание организма при использовании плавательных процедур»
60	«В одном счастливом детстве» (день рождения детского сада)	«Детство»	Продолжаем отрабатывать метание предметов на дальность (на черту) расстояние 3,5 – 6м. Закрепляем - лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении. Ходьба с остановкой на зрительной сигнал (красного, синего, желтого цвета). Бег в чередовании с ходьбой: с одной стороны зала пробегать по узкой извилистой дорожке	ПИ «Цветные автомобили», «Из кружка в кружок»	Спортивный инвентарь	Консультация «Закаливание организма при использовании плавательных процедур»
61	«Книжка неделя»	«В гостях у Умки»	Обучаем прыжкам вперед-назад. Продолжаем обучать бросание мяча вверх, вниз об пол и ловля его двумя руками, не прижимая к груди. 5-браз подряд. Закрепляем подлезание под дугу (обруч) правым и левым боком.	Перестроение из колонны по одному, в колонну по два в движении за направляющим. Бег со сменой ведущего в колонне в чередовании с ходьбой в рассыпную. Бег со сменой ведущего в колонне в чередовании с ходьбой в рассыпную. ОРУ с малым мячом.	ПИ «Найди пару», «Медвежонок»	Спортивный инвентарь	Беседа: «Закаливающее средство для детей с ослабленным здоровьем «Босоножье»
62	«Книжка неделя»	«В гостях у Умки»	Обучаем прыжкам вперед-назад. Продолжаем обучать бросание мяча вверх, вниз об пол и ловля	Перестроение из колонны по одному, в колонну по два в движении за направляющим. Бег со сменой веду-	ПИ «Найди пару», «Медвежо-	Спортивный инвентарь	Беседа: «Закаливающее средство для

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

			его двумя руками, не прижимая к груди. 5-браз подряд. Закрепляем подлезание под дугу (обруч) правым и левым боком.	щего в колонне в чередовании с ходьбой в рассыпную. Бег со сменой ведущего в колонне в чередовании с ходьбой в рассыпную. ОРУ с малым мячом.	нок»		детей с ослабленным здоровьем «Босоножье»
63	«Мои друзья - насекомые» <i>Проектная деятельность детей</i>	«Мои друзья - насекомые»	Закрепляем - ходьба по наклонному бревну приставным шагом. Продолжаем отрабатывать прыжки в высоту (10-15см) Закрепляем метание в горизонтальную цель правой и левой рукой	Равнение по ориентиру, команды: равняйся! Смирно! Ходьба с переменной направления и остановкой на зрительный ориентир Челночный бег 3/5м ОРУ с флажками.	ПИ «Кто быстрее до флажка», «Мяч через сетку»	Спортивный инвентарь	Консультация на тему «Закаливание детского организма»
64	«Мои друзья - насекомые» <i>Проектная деятельность детей</i>	«Мои друзья - насекомые»	Закрепляем - ходьба по наклонному бревну приставным шагом. Продолжаем отрабатывать прыжки в высоту (10-15см) Закрепляем метание в горизонтальную цель правой и левой рукой	Равнение по ориентиру, команды: равняйся! Смирно! Ходьба с переменной направления и остановкой на зрительный ориентир Челночный бег 3/5м ОРУ с флажками.	ПИ «Кто быстрее до флажка», «Мяч через сетку»	Спортивный инвентарь	Консультация на тему «Закаливание детского организма»
65	«Спасибо Деду за Победу!»	«Буду как дед»	Продолжаем отрабатывать - ходьба по наклонному бревну, перешагивая через набивные мячи. Закрепляем прыжки через 3-4 предмета поочередно через каждый (10-15см). Обучаем - перелезание через верхнюю планку лесенки стремянки боком и спуск с нее.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два + размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны Чередование ходьбы в колонне лицом вперед с ходьбой спиной вперед, на четвереньках Челночный бег 3/5м ОРУ с флажками ПИ «Кто быстрее до флажка», «Огуречик, огуречик»	ПИ «Кто быстрее до флажка», «Огуречик, огуречик»	Спортивный инвентарь	Консультация «Игры, которые лечат - Живопись с помощью пальцев»
66	«Спасибо Деду за Победу!»	«Буду как дед»	Продолжаем отрабатывать - ходьба по наклонному бревну, перешагивая через набивные мячи. За-	Перестроение из колонны по одному в колонну по два + размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны Чере-	ПИ «Кто быстрее до флажка», «Огуречик, огу-	Спортивный инвентарь	Консультация «Игры, которые лечат -

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

			крепляем прыжки через 3-4 предмета поочередно через каждый (10-15см). Обучаем - перелезание через верхнюю планку лесенки стремянки боком и спуск с нее.	дование ходьбы в колонне лицом вперед с ходьбой спиной вперед, на четвереньках Челночный бег 3/5м ОРУ с флажками	речик»		Живопись с помощью пальцев»
67	«День музеев» <i>Проектная деятельность детей</i>	«День в музее»	Закрепляем - ходьба по бревну, перешагивая набивные мячи, метание в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 2м, выс – 1,5м, перелезание через верхнюю планку лесенки стремянки боком и спуск с нее.	Перестроение из колонны по одному в колонну по три + размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны. Чередование ходьбы в колонне лицом вперед с ходьбой спиной вперед, на четвереньках Челночный бег 3/5м.	ПИ «Мы веселые ребята», «Что катится»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Хождение босиком для детей»
68	«День музеев» <i>Проектная деятельность детей</i>	«День в музее»	Закрепляем - ходьба по бревну, перешагивая набивные мячи, метание в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 2м, выс – 1,5м, перелезание через верхнюю планку лесенки стремянки боком и спуск с нее.	Перестроение из колонны по одному в колонну по три + размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны. Чередование ходьбы в колонне лицом вперед с ходьбой спиной вперед, на четвереньках Челночный бег 3/5м. ПИ «Мы веселые ребята», «Что катится»	П/и «Перелетные птицы», «Найди пару»,	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Хождение босиком для детей»
69	«Перелетные птицы, труд людей весной»	«Перелет птиц»	Закрепляем - прыжки с зажатым мячом между ног в движении по кругу. Продолжаем отрабатывать бросание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствие (расст 2м).	Перестроение из колонны по одному в колонну по три, в движении Ходьба в колонне змейкой, с поворотом кругом по сигналу Чередование бега в колонне с бегом в рассыпную в медленном темпе (2-3р.) ОРУ с палками.	П/и «Перелетные птицы», «Найди пару»,	Спортивный инвентарь	Консультация «Семья и семейные ценности»
70	«Перелетные птицы, труд людей весной»	«Перелет птиц»	Закрепляем - прыжки с зажатым мячом между ног в движении по кругу. Продолжаем отрабатывать бросание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через пре-	Перестроение из колонны по одному в колонну по три, в движении Ходьба в колонне змейкой, с поворотом кругом по сигналу Чередование бега в колонне с бегом в рассыпную в медленном		Спортивный инвентарь	Консультация «Семья и семейные ценности»

			пятствие (раст 2м).	темпе (2-3р.) ОРУ с палками.			
71	«Зеленый огонек здоровья» (ЗОЖ, безопасность ДД)	«Зелёный огонёк здоровья»	Продолжаем отрабатывать метание в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 2м, выс – 1,5м, перелезание через верхнюю планку лесенки стремянки боком и спуск с нее.	Повороты на месте направо, налево, переступанием Чередование ходьбы в колонне лицом вперед с ходьбой спиной вперед, на четвереньках Челночный бег 3/5м	ПИ «Мы веселые ребята», «Пилоты»	Спортивный инвентарь	Беседа «Игры для детей на воде»
72	«Зеленый огонек здоровья» (ЗОЖ, безопасность ДД)	«Зелёный огонёк здоровья»	Продолжаем отрабатывать метание в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 2м, выс – 1,5м, перелезание через верхнюю планку лесенки стремянки боком и спуск с нее.	Повороты на месте направо, налево, переступанием Чередование ходьбы в колонне лицом вперед с ходьбой спиной вперед, на четвереньках Челночный бег 3/5м.	ПИ «Мы веселые ребята», «Пилоты»	Спортивный инвентарь	Консультация для родителей «Безопасность детей летом»

Комплексно-тематическое планирование - старшая группа

№	Тема календаря жизни	Тема	Задачи	Краткое содержание НОД	Совместная деятельность	Изменения в РППС	Взаимодействие с семьей
1	«Здравствуй, детский сад»	«Мой детский сад»	Учить ходьбе по наклонному бревну приставным шагом. Повторить прыжки в высоту. Закрепить метание в горизонтальную цель правой и левой рукой .	Равнение по ориентиру, команды: равняйся, смирно; ходьба с переменной направления и с остановкой на зрительный ориентир; челночный бег 3-5 м; ОРУ с флажками	«С чего начинается физическая культура» познакомить детей со значением физической культуры для организма человека.	Мячи, флажки, мешочки с песком, гимнастическое бревно	информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка спокойное общение, питание, зака-

							ливание, движение.
2	«Здравствуй ,детский сад»	«Мой детский сад»	Учить ходьбе по наклонному бревну приставным шагом. Повторить прыжки в высоту. Закрепить метание в горизонтальную цель правой и левой рукой .	Равнение по ориентиру, команды: ровняйся, смирно; ходьба с переменной направления и с остановкой на зрительный ориентир; челночный бег 3-5 м; ОРУ с флажками;	«С чего начинается физическая культура» познакомить детей со значением физической культуры для организма человека.	Мячи, флажки, мешочки с песком, гимнастическое бревно	информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка спокойное общение, питание, закаливание, движение.
3	«Золотая осень» (краски осени)	«Золотая осень»	Продолжать учить детей ходьбе по кругу на носках, на пятках, выпадами спиной вперед. Учить метанию набивного мяча. Повторить бег на скорость – 30м; Закрепить прыжки с места в длину, высоту	Равнение по ориентиру, команды: ровняйся, смирно; ходьба с переменной направления и с остановкой на зрительный ориентир; челночный бег 3-5 м; ОРУ с флажками .	«С чего начинается физическая культура» познакомить детей со значением физической культуры для организма человека.	Набивные мячи, флажки	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
4	«Золотая осень» (краски осени)	«Золотая осень»	Продолжать учить детей ходьбе по кругу на носках, на пятках, выпадами спиной вперед. Учить метанию набивного мяча. Повторить бег на скорость – 30м; Закрепить прыжки с места в длину, высоту	Равнение по ориентиру, команды: ровняйся, смирно; ходьба с переменной направления и с остановкой на зрительный ориентир; челночный бег 3-5 м; ОРУ с флажками .	«С чего начинается физическая культура» познакомить детей со значением физической культуры для организма человека.	Набивные мячи, флажки	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях

5	<p>«Урожай собирай – витамины запасай!»</p> <p>(овощи и фрукты)</p>	«Собираем урожай»	<p>Учить х-бе по узкой рейке, гимнастической скамейке, неся большую корзину с «овощами».</p> <p>Повторить прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>Закрепить лазание по наклонной лесенке (на высоких четвереньках) с переходом на вертикальную лесенку.</p>	<p>Построение в колонну, равнение на ведущего.</p> <p>Х-ба об.в чередовании с х-бой на носках и в полу приседе.</p> <p>Бег с изменением темпа (с ускорением и замедлением), остановка по сигналу.</p> <p>ОРУ б/п</p> <p>Заяц любит есть морковку – в/п, Ровным кругом – с/п</p>	<p>«Заколдованное движение».</p> <p>Учить видеть общее в схеме и рисунке, изображающих один и тот же вид физического упражнения; выделить технические элементы движений, сравнивать их между собой</p>	<p>Корзина с овощами</p> <p>Рейка</p> <p>Гимнастическая скамейка. Обручи.</p>	<p>Проведения с родителями консультации правилах гигиены.</p>
6	<p>«Урожай собирай – витамины запасай!»</p> <p>(овощи и фрукты)</p>	«Собираем урожай»	<p>Учить х-бе по узкой рейке, гимнастической скамейке, неся большую корзину с «овощами».</p> <p>Повторить прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>Закрепить лазание по наклонной лесенке (на высоких четвереньках) с переходом на вертикальную лесенку.</p>	<p>Построение в колонну, равнение на ведущего.</p> <p>Х-ба об.в чередовании с х-бой на носках и в полу приседе.</p> <p>Бег с изменением темпа (с ускорением и замедлением), остановка по сигналу.</p> <p>ОРУ б/п</p> <p>. Заяц любит есть морковку – в/п, Ровным кругом – с/п</p>	<p>«Заколдованное движение».</p> <p>Учить видеть общее в схеме и рисунке, изображающих один и тот же вид физического упражнения; выделить технические элементы движений, сравнивать их между собой</p>	<p>Корзина с овощами</p> <p>Рейка</p> <p>Гимнастическая скамейка. Обручи.</p>	<p>Проведения с родителями консультации правилах гигиены.</p>
7	<p>«Правила дорожные очень всем нужны, правила дорожные знать все должны!»</p>	«Соблюдаем правила дорожного движения»	<p>Учить подбрасыванию мяча вверх, вниз и ловля его двумя руками не прижимая к груди. Повторить х-бу по гимнастическому буму, перешагивая кирпичики (руки на пояс). Закрепить прыжки на двух ногах с продвижением вперед, между кеглями змейкой.</p>	<p>Построение в шеренгу, в колонну, равнение на ведущего.</p> <p>Об.х-ба в сочетании с х-бой на пятках, носках, в рассыпную; Об. бег в сочетании с бегом, высоко поднимая колени, захлестывая голень. ОРУ б/п</p> <p>Друга удалось поймать? – в/п, Ровным</p>	<p>«Заколдованное движение».</p> <p>Учить видеть общее в схеме и рисунке, изображающих один и тот же вид физического упражнения; выделить техниче-</p>	<p>Мячи, гимнастический бум, кегли</p>	<p>Дать рекомендации родителям «Как приобщить ребёнка к культуре спорта»</p>

				кругом – с/п	ские элементы движений, сравнивать их между собой		
8	«Правила дорожные очень всем нужны, правила дорожные знать все должны!»	«Соблюдаем правила дорожного движения»	Учить подбрасыванию мяча вверх, вниз и ловля его двумя руками не прижимая к груди. Повторить х-бу по гимнастическому буму, перешагивая кирпичики (руки на пояс). Закрепить прыжки на двух ногах с продвижением вперед, между кеглями змейкой.	Построение в шеренгу, в колонну, равнение на ведущего. Об.х-ба в сочетании с х-бой на пятках, носках, в рассыпную; Об. бег в сочетании с бегом, высоко поднимая колени, захлестывая голень. ОРУ б/п Друга удалось поймать? – в/п, Ровным кругом – с/п	«Заколдованное движение». Учить видеть общее в схеме и рисунке, изображающих один и тот же вид физического упражнения; выделить технические элементы движений, сравнивать их между собой	Мячи, гимнастический бум, кегли	Дать рекомендации родителям «Как приобщить ребенка к культуре спорта»
9	«Чудеса осени» (осенние изменения в природе)	«Путешествие в осенний лес»	Учить х-бе по веревке, руки в стороны. Повторить бросание мяча о землю поочередно правой и левой рукой (4-браз). Закрепить ползание на четвереньках между предметами, чередуя с бегом.	Построение в две колонны Х-ба в природе, в колонне, с поворотами туловища назад. Бег змейкой, широким шагом, преодолевая препятствия (воротики выс = 10-20см). ОРУ с обручем Пустое место – в/п, Дай кролику морковку – м/п	«Как ухаживать за своим телом» закрепить знания детей о значении чистоты кожи для человека, о значении кожи и ее функции в организме человека.	Веревка, мячи, обручи	знакомство родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями (дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема) и способами поведения в них
10	«Чудеса осени» (осенние изменения в природе)	«Путешествие в осенний лес»	Учить х-бе по веревке, руки в стороны. Повторить бросание мяча о землю поочередно правой и левой рукой (4-браз). Закрепить ползание на четвереньках между предметами, чередуя с	Построение в две колонны Х-ба в природе, в колонне, с поворотами туловища назад. Бег змейкой, широким шагом, преодолевая препятствия (воротики выс = 10-	«Как ухаживать за своим телом» закрепить знания детей о значении чистоты кожи для человека, о значении	Веревка, мячи, обручи	знакомство родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями (дома, на даче, на

			бегом.	20см). ОРУ с обручем Пустое место – в/п, Дай кролику морковку – м/п	кожи и ее функции в организме человека.		дороге, в лесу, у водоема) и способами поведения в них
11	«Дары северной природы»	«Дары северной природы»	Обучать лазанию по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний пролет стенки. Закрепить работу с мячом одной рукой в движении по кругу (в колонне). Повторить ходьбу по веревке выложенной змейкой, с мешочком на голове	Повороты на месте переступанием в разные стороны. Построение в круг. . Х-ба по кругу приставным шагом вправо, влево, на пятках, на носках. Бег со сменой ведущего, выбрасывая прямые ноги вперед, с остановкой по звуковому сигналу ОРУ с обручем Мы веселые ребята – в/п	«Как ухаживать за своим телом»закрепить знания детей о значении чистоты кожи для человека, о значении кожи и ее функции в организме человека.	Веревка, мячи, обручи, мешочки Гимнастическая стенка	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения
12	«Дары северной природы»	«Дары северной природы»	Обучать лазанию по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний пролет стенки. Закрепить работу с мячом одной рукой в движении по кругу (в колонне). Повторить ходьбу по веревке выложенной змейкой, с мешочком на голове	Повороты на месте переступанием в разные стороны. Построение в круг. . Х-ба по кругу приставным шагом вправо, влево, на пятках, на носках. Бег со сменой ведущего, выбрасывая прямые ноги вперед, с остановкой по звуковому сигналу ОРУ с обручем Мы веселые ребята – в/п	«Как ухаживать за своим телом»закрепить знания детей о значении чистоты кожи для человека, о значении кожи и ее функции в организме человека.	Веревка, мячи, обручи, мешочки Гимнастическая стенка	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения
13	«Заглянула осень в сад -птицы улетели»	«Заглянула осень в сад-птицы улетели»	Обучать прыжкам через предметы выс. 15-20 см по прямой на двух ногах. Повторить лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет с изме-	Перестроение в два круга, ходьба по кругу на носках, на пятках, выпадами, спиной вперед. Бег змейкой с поворотом кругом по	«Физкультура на кубиках». Учить различать разные ви-	Мячи, гимнастическая стенка, веревка, мешочки,	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благо-

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

	(перелетные птицы)		нением темпа.Закрепить ходьбу по веревке ,выложенной змейкой с мешочком на голове	звук.сигналу. ОРУ с флажками. «Удочка»-в/п «Затейники»-м/п	ды физических упражнений, правильно называть и выполнять их.	флажки	устройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы.
14	«Заглянула осень в сад -птицы улетели» (перелетные птицы)	Заглянула осень в сад-птицы улетели	Обучать прыжкам через предметы выс. 15-20 см по прямой на двух ногах. Повторить лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет с изменением темпа.Закрепить ходьбу по веревке ,выложенной змейкой с мешочком на голове	Перестроение в два круга, ходьба по кругу на носках, на пятках, выпадами, спиной вперед. Бег змейкой с поворотом кругом по звук.сигналу. ОРУ с флажками. «Удочка»-в/п «Затейники»-м/п	«Физкультура на кубиках». Учить различать разные виды физических упражнений, правильно называть и выполнять их.	Мячи, гимнастическая стенка, веревка, мешочки, флажки	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы.
15	«Моя дорогая Коми земля!»	«Дорогая Коми земля».	Обучать лазанию по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний пролет стенки. Закрепить работу с мячом одной рукой в движении по кругу (в колонне).Повторить ходьбу по веревке выложенной	Расчет на первый – второй в шеренге. ОРУ с флажками Иг.с/п -- «Ровным кругом»; «Полоса препятствий» - х-ба по гим-ской скамье, подлезание под воротца; «Чья команда собьет больше кеглей» - прокатывание мячей двумя руками.	«Физкультура на кубиках». Учить различать разные виды физических упражнений, правильно называть и	Мячи, гимнастическая стенка, веревка, мешочки, флажки, мячи	совместно с родителями планировать маршруты выходного дня к историческим, памятным ме-

			змейкой, с мешочком на голове.		выполнять их.		стам отдыха горожан
16	«Моя дорогая Коми земля!»	«Дорогая Коми земля».	Обучать лазанию по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний пролет стенки. Закрепить работу с мячом одной рукой в движении по кругу (в колонне). Повторить ходьбу по веревке выложенной змейкой, с мешочком на голове.	Расчет на первый – второй в шеренге. ОРУ с флажками Иг.с/п -- «Ровным кругом»; «Полоса препятствий» - х-ба по гим-ской скамье, подлезание под воротца; «Чья команда собьет больше кеглей» - прокатывание мячей двумя руками.	«Физкультура на кубиках». Учить различать разные виды физических упражнений, правильно называть и выполнять их.	Мячи, гимнастическая стенка, веревка, мешочки, флажки, мячи	совместно с родителями планировать маршруты выходного дня к историческим, памятным местам отдыха горожан
17	«Я и моя семья»	«Моя спортивная семья»	Учить х-бе по гимнастической скамье, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперед. Повторить прыжки через пуфики правым и левым боком, на двух ногах с продвижением вперед. Закрепить лазание по шведской стенке с переходом на соседний пролет и скатыванием по наклонной доске.	Перестроение в две колонны, повороты на месте. Обычная х-ба в сочетании с х-бой на носках по неровной (массажной) дороге, по бревну выпадами. Бег против-ходом, с ускорением, с остановкой по звуковому сигналу. ОРУ с гим-кой палкой. Тропинка – в/п, Горячий мяч – м/п	«Как следить за руками»закрепить знания детей о значении ухода за руками, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Мячи, гимнастические пуфики, гимнастические палки	информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации
18	«Я и моя семья»	«Моя спортивная семья»	Учить х-бе по гимнастической скамье, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперед. Повторить прыжки через пуфики правым и левым боком, на двух ногах с продвижением вперед. Закрепить лазание по шведской стенке с переходом на соседний пролет и скатыванием по наклонной доске.	Перестроение в две колонны, повороты на месте. Обычная х-ба в сочетании с х-бой на носках по неровной (массажной) дороге, по бревну выпадами. Бег против-ходом, с ускорением, с остановкой по звуковому сигналу. ОРУ с гим-кой палкой. Тропинка – в/п, Горячий мяч – м/п	«Как следить за руками»закрепить знания детей о значении ухода за руками, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Мячи, гимнастические пуфики, гимнастические палки	информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

19	«Что нам стоит дом построить!» (архитектура)	«Физкульт - ура»	Учить перебрасыванию мяча друг другу от груди и снизу. Повторить х-бу по гимнастической скамье, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперед. Закрепить прыжки через предметы (кирпичики, воротики), чередуя прыжок на двух, на одной ноге, продвигаясь вперед.	Повороты на месте кругом, перестроение в три колонны. Об. х-ба в соч. с х-бой согнувшись, обхватив руками голень ног, на носках. Бег, высоко поднимая колени, по сигналу бег в рассыпную, в колонне обычный бег. С гимнастической палкой -Мы веселые ребята – в/п, Колпачок и палочка – м/п	«Как следить за руками»закрепить знания детей о значении ухода за руками, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	гим-кие палки,мячи , гимнастическая скамья, спорт.инвентарь	проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений
20	«Что нам стоит дом построить!» (архитектура)	«Физкульт - ура»	Учить перебрасыванию мяча друг другу от груди и снизу. Повторить х-бу по гимнастической скамье, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперед. Закрепить прыжки через предметы (кирпичики, воротики), чередуя прыжок на двух, на одной ноге, продвигаясь вперед.	Повороты на месте кругом, перестроение в три колонны. Об. х-ба в соч. с х-бой согнувшись, обхватив руками голень ног, на носках. Бег, высоко поднимая колени, по сигналу бег в рассыпную, в колонне обычный бег. С гимнастической палкой -Мы веселые ребята – в/п, Колпачок и палочка – м/п	«Как следить за руками»закрепить знания детей о значении ухода за руками, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	гим-кие палки,мячи , гимнастическая скамья, спорт.инвентарь	проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений
21	«Россия огромная страна»	«Мы будущие чемпионы»	Учить ползанию по гимнастической скамейке (на животе), подтягиваясь на руках. Повторить перебрасывание мяча друг другу из-за головы. Закрепить легкий бег по гимнастическим скамейкам, на конце присесть, руки вперед, соскок на обозначенное место.	Выполнение поворотов на углах, расхождение из колонны по одному в разные стороны. Х-ба в колонне, спиной вперед, согнувшись, обхватив голень, парами. Бег семенящим шагом, высоко поднимая колени, обычный бег чередуя по сигналу с прыжками на одной ноге. ОРУ б/п Передай – садись – м/п, Друга удалось догнать? – в/п	«Подбери упражнение». Учить замечать общее и различное в технике физических упражнений, закрепить их название	Мячи, гимнастические скамейки	формирование умения сотрудничать со взрослыми и сверстниками, адекватно воспринимать окружающие предметы и явления
22	«Россия огромная страна»	«Мы будущие чемпионы»	Учить ползанию по гимнастической скамейке (на животе), подтягиваясь на руках. Повторить перебрасывание мяча друг другу из-за головы. Закрепить легкий бег по гимнастическим скамейкам, на конце присесть, руки впе-	Выполнение поворотов на углах, расхождение из колонны по одному в разные стороны. Х-ба в колонне, спиной вперед, согнувшись, обхватив голень, парами. Бег семенящим шагом, высоко поднимая колени, обычный бег чередуя по сигналу с прыжками на од-	«Подбери упражнение». Учить замечать общее и различное в технике физических	Мячи, гимнастические скамейки	формирование умения сотрудничать со взрослыми и сверстниками, адекватно воспринимать

			ред, соскок на обозначенное место.	ной ноге. ОРУ б/п Передай – садись – м/п, Друга удалось догнать? – в/п	упражнений, закрепить их название		окружающие предметы и явления
23	«Дружба – это хорошо, дружба – это весело!»	«Дружба это хорошо- дружба -это весело»	Повторить ползание по гимнастической скамейке (на животе), подтягиваясь на руках. Закрепить перебрасывание мяча друг другу из-за головы. Закрепить легкий бег по гимнастическим скамейкам, на конце присесть, руки вперед, соскок на обозначенное место.	Построение в колонну. Повороты направо, налево. Х-ба в соч. с х-бой гимн.шагом – мяч вперед, х-ба на носках – мяч за голову. Бег на носках в колонне с мячом под правой рукой, по сигналу мяч переложить под другую руку. ОРУ с мячом. Чье звено быстрее соберется – в/п, Найди и промолчи - м/п.	«Подбери упражнение». Учить замечать общее и различное в технике физических упражнений, закрепить их название	Мячи, гимнастические скамейки	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
24	«Дружба – это хорошо, дружба – это весело!»	«Дружба это хорошо- дружба это весело»	Повторить ползание по гимнастической скамейке (на животе), подтягиваясь на руках. Закрепить перебрасывание мяча друг другу из-за головы. Закрепить легкий бег по гимнастическим скамейкам, на конце присесть, руки вперед, соскок на обозначенное место.	Построение в колонну. Повороты направо, налево. Х-ба в соч. с х-бой гимн.шагом – мяч вперед, х-ба на носках – мяч за голову. Бег на носках в колонне с мячом под правой рукой, по сигналу мяч переложить под другую руку. ОРУ с мячом. Чье звено быстрее соберется – в/п, Найди и промолчи - м/п.	«Подбери упражнение». Учить замечать общее и различное в технике физических упражнений, закрепить их название	Мячи, гимнастические скамейки	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
25	«С днем рождения, любимый город!»	«С праздником, любимый город!»	Учить прыжкам на мягкое покрытие с высоты 20см, на обозначенное место (со скамейки). Закрепить перебрасывание мяча через сетку из-за головы, от груди. Повторить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках.	Расчет на первый, второй, третий; построения по расчету. Х-ба в колонне по одному, с поднятием колена, с остановкой по сигналу. Бег с препятствием (через пуфики). ОРУ б/п Передай мяч – с/п Мороз – красный нос – в/п	«Как следить за ногами»закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте.	Гимнастические скамейки, пуфики, маты, мячи	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;

26	«С днем рождения, любимый город!»	«С праздником, любимый город!»	Учить прыжкам на мягкое покрытие с высоты 20см, на обозначенное место (со скамейки). Закрепить перебрасывание мяча через сетку из-за головы, от груди. Повторить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках.	Расчет на первый, второй, третий; построения по расчету. Х-ба в колонне по одному, с поднятием колена, с остановкой по сигналу. Бег с препятствием (через пуфики). ОРУ б/п Передай мяч – с/п Мороз – красный нос – в/п	«Как следить за ногами»закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте.	Гимнастические скамейки, пуфики, маты, мячи	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;
27	«Поет зима ауклет. Мохнатый лес баюкает»	«Зима поет»	Учить х-бе по гимнастической скамье, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками. Закрепить ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой. Повторить прыжки с гимнастической скамьи на обозначенное место выс- 30см.	Построение в звенья за ведущим. Об.х-ба с заданиями на руки, х-ба, высоко поднимая колени, х-ба спиной вперед. Медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу. ОРУ б/п Тропинка – в/п, Колпачок и палочка – м/п	«Как следить за ногами»закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Гимнастические скамейки, мячи, пуф	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы
28	«Поет зима ауклет. Мохнатый лес баюкает»	«Зима поет»	Учить х-бе по гимнастической скамье, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками. Закрепить ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой. Повторить прыжки с гимнастической скамьи	Построение в звенья за ведущим. Об.х-ба с заданиями на руки, х-ба, высоко поднимая колени, х-ба спиной вперед. Медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу. ОРУ б/ Тропинка – в/п, Колпачок и палочка – м/п	«Как следить за ногами»закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь	Гимнастические скамейки, мячи, пуф	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории

			на обозначенное место выс- 30см.		к чистоте		детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы
29	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	Учить х-бе по гимнастической скамье, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками. Закрепить ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой. Повторить прыжки с гимнастической скамьи на обозначенное место выс- 30см.	Построение в звеня за ведущим. Об.х-ба с заданиями на руки, х-ба, высоко поднимая колени, х-ба спиной вперед. Медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу. ОРУ б/п Тропинка – в/п, Колпачок и палочка – м/п	«Как следить за ногами»закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Гимнастические скамейки, мячи, пуф	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы
30	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	Учить х-бе по гимнастической скамье, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками. Закрепить ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой. Повторить прыжки с гимнастической скамьи на обозначенное место выс- 30см.	Построение в звеня за ведущим. Об.х-ба с заданиями на руки, х-ба, высоко поднимая колени, х-ба спиной вперед. Медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу. ОРУ б/п Х-ба по гимнастической скамье, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками. Прыжки с гимнастической скамьи на обозначенное место выс- 30см. Ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой.	«Как следить за ногами»закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Гимнастические скамейки, мячи, пуф	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребно-

				Тропинка – в/п, Колпачок и палочка – м/п			сти и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы
31	«Город мастеров» (проекты по подготовке к утренникам)	«Смелые альпинисты»	Учить перелезанию через бревно правым и левым боком. Закрепить прыжки со скамейки и обратно на скамейку (выс 20см.). Повторить х-ба по гимнастической скамье, отбивая мяч то справа, то слева о землю	Перестроение в пары, в колонны. Об.х-ба в чередовании с х-бой на высоких четвереньках, на пятках, на носках. Бег, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, по сигналу бег врассыпную. ОРУ б/п Удочка – в/п, Море волнуется – с	«Кто больше знает движений?» закрепить название видов и способов ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания.	Мячи, гимнастическая скамья	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;
32	«Город мастеров» (проекты по подготовке к утренникам)	«Смелые альпинисты»	Учить перелезанию через бревно правым и левым боком. Закрепить прыжки со скамейки и обратно на скамейку (выс 20см.). Повторить х-ба по гимнастической скамье, отбивая мяч то справа, то слева о землю	Перестроение в пары, в колонны. Об.х-ба в чередовании с х-бой на высоких четвереньках, на пятках, на носках. Бег, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, по сигналу бег врассыпную. ОРУ б/п Удочка – в/п, Море волнуется – с	«Кто больше знает движений?» закрепить название видов и способов ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания.	Мячи, гимнастическая скамья	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;
33	«Зимовье зверей»	«Спортивная эстафета»	Учить метанию «снежков» вдаль правой и левой рукой из-за головы. Закрепить х-бу по гимнастической скамье, перекладывая «снежки» (малые мячи) из рук в руки над	Перестроение в одну, в три колонны. Имитационная х-ба лыжника, конькобежца; об. х-ба с широким шагом, по сигналу – прыжки на двух ногах Бег, высоко поднимая колени, бег с пре-	Скелет – наша опора».познакомить детей со строением скелета и его	Малые мячи, гимнастическая скамья, брев-	информировать родителей о том, что должны делать дети в

			головой. Повторить перелезание через бревно правым и левым боком	одолением «снежных преград» (скамья – перепрыг., подлезание, доска – х-ба на носках ОРУ с мячом Мороз – красный нос – в/п, Горячий снежок –с/п	функцией в человеческом организме, с механизмом работы мышц, их функцией, расширить знания детей о том, как нужно укреплять мышцы и кости, учить детей по иллюстрации узнавать и уметь рассказывать о строении скелета. Воспитывать у детей интерес к собственному телу, осознанное отношение к собственному здоровью.	но	случаи непредвиденной ситуации; при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи – «01», «02»
34	«Зимовье зверей»	«Спортивная эстафета»	Учить метанию «снежков» вдаль правой и левой рукой из-за головы. Закрепить х-бу по гимнастической скамье, перекладывая «снежки» (малые мячи) из рук в руки над головой. Повторить перелезание через бревно правым и левым боком	Перестроение в одну, в три колонны. Имитационная х-ба лыжника, конькобежца; об. х-ба с широким шагом, по сигналу – прыжки на двух ногах Бег, высоко поднимая колени, бег с преодолением «снежных преград» (скамья – перепрыг., подлезание, доска – х-ба на носках ОРУ с мячом Мороз – красный нос – в/п, Горячий снежок –с/п	Скелет – наша опора».познакомить детей со строением скелета и его функцией в человеческом организме, с механизмом работы мышц, их функцией, расширить знания детей о том, как нужно укреплять мышцы и кости, учить детей по иллюстрации узнавать и уметь рассказывать о строении	Малые мячи, гимнастическая скамья, бревно	информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации; при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи – «01», «02»

					скелета. Воспитывать у детей интерес к собственному телу, осознанное отношение к собственному здоровью.		
35	«Народные традиции России»	«Русские богатыри»	Учить прыжкам в длину с места. Закрепить передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Повторить метание правой и левой рукой в горизонтальную цель с расстояния в 3м.	Построение в круг, размыкание на вытянутые руки. Х-ба с длинным шнуром по кругу, в колонне с заданием на руки. Бег змейкой, по сигналу присесть ОРУ с мячом Ноги от земли – в/п, Фигура – м/п	Игра «Передай мяч». развивать умение применять известные движения в конкретной обстановке.	Гимнастическое бревно, мешочки для метания, мячи	В условиях семьи необходимо стремиться соблюдать тот же четкий распорядок дня и занятий детей, что и в детском саду.
36	«Народные традиции России»	«Русские богатыри»	Учить прыжкам в длину с места. Закрепить передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Повторить метание правой и левой рукой в горизонтальную цель с расстояния в 3м.	Построение в круг, размыкание на вытянутые руки. Х-ба с длинным шнуром по кругу, в колонне с заданием на руки. Бег змейкой, по сигналу присесть ОРУ с мячом Ноги от земли – в/п, Фигура – м/п	Игра «Передай мяч». развивать умение применять известные движения в конкретной обстановке.	Гимнастическое бревно, мешочки для метания, мячи	В условиях семьи необходимо стремиться соблюдать тот же четкий распорядок дня и занятий детей, что и в детском саду.
37	«Братя наши меньшие – птицы»	«В гостях у воробья»	Учить ползанию по пластунски до обозначенного места. Закрепить х-бу по гимнастической доске с закрытыми глазами. Метание малого мяча в вертикальную цель с расстояния 3м в мишень на высоте 2м. Повторить прыжки в длину с места, перепрыгивая ров,	Перестроение в пары Х-ба приставным шагом с приседанием. Бег со сменой направления движения по зв. сигналу. ОРУ с обручем Ловишка с лентами – в/п, Передай – садись – с/п	Игра «Передай мяч». развивать умение применять известные движения в конкретной обстановке.	Обручи, скакалки, гимнастическая доска	Родители обязаны ежедневно находить время для занятий физическими упражнениями со своими детьми и теща-

			выложенный из гим-их скакалок.				тельно сле- дить за их здоровьем, обращая вни- мание на внешний вид, настроение и самочувствие ребёнка.
38	«Братья наши мень- шие – птицы»	«В гостях у воробья»	Учить ползанию по пластунски до обозначенного места. Закрепить х-бу по гимнастической доске с закрытыми глазами. Метание малого мяча в вертикальную цель с расстояния 3м в мишень на высоте 2м. Повторить прыжки в длину с места, перепрыгивая ров, выложенный из гим-их скакалок.	Перестроение в пары Х-ба приставным шагом с приседанием. Бег со сменой направления движения по зв. сигналу. ОРУ с обручем Ловишка с лентами – в/п, Передай – садись – с/п	Игра «Передай мяч». развивать умение применять известные движения в конкретной обстановке.	Обручи, скакалки, гимнастическая доска	Родители обя- заны еже- дневно нахо- дить время для занятий физическими упражнения- ми со своими детьми и тща- тельно сле- дить за их здоровьем, обращая вни- мание на внешний вид, настроение и самочувствие ребёнка.
39	«Все работы хороши- выбирай на вкус»	«Путеше- ствие в страну про- фессий»	Учить прыжкам через короткую скакалку. Закрепить ползание по пластунски до обозначенного места в сочетании с перебежками. Повторить легкий бег по гимнастической скамье с закрытыми глазами.	Перестроение в одну, в три колонны. Об.х-ба в колонне, в шеренге, по зв. сигналу остановка с хлопком. Бег приставным шагом вправо, влево, с изменением темпа, со сменой направляющего ОРУ с веревочкой Невод – в/п, Затеяники – м/п,	«Осанка – стройная спи- на».познакомить детей с понятием «осанка» и ее значением в жизни человека, с нарушениями осанки, расширить знания детей о правилах	веревочки, короткие скакалки, гимнастическая скамья	Консультиро- вать родите- лей о том, что «Прогулки это важно»

					поддержания правильной осанки, учить детей по иллюстрации узнавать и уметь рассказывать о строении скелета, о правильной и неправильной осанке, воспитывать у детей интерес к собственному телу, осознанное отношение к собственному здоровью		
40	«Все работы хороши-выбирай на вкус»	«Путешествие в страну профессий»	Учить прыжкам через короткую скакалку. Закрепить ползание по пластунски до обозначенного места в сочетании с перебежками. Повторить легкий бег по гимнастической скамье с закрытыми глазами.	Перестроение в одну, в три колонны. Об.х-ба в колонне, в шеренге, по зв. сигналу остановка с хлопком. Бег приставным шагом вправо, влево, с изменением темпа, со сменой направляющего ОРУ с веревочкой Невод – в/п, Затейники – м/п,	«Осанка – стройная спина».познакомить детей с понятием «осанка» и ее значением в жизни человека, с нарушениями осанки, расширить знания детей о правилах поддержания правильной осанки, учить детей по иллюстрации узнавать и уметь рассказывать о строении скелета, о правильной и неправильной осанке, воспитывать у детей интерес к собственно-	веревочки, короткие скакалки, гимнастическая скамья	Консультировать родителей о том, что «Прогулки это важно»

					му телу, осознанное отношение к собственному здоровью.		
41	«Животные жарких стран»	«Путешествие в Африку»	Учить перебрасыванию мяча друг другу через сетку, стоя лицом друг к другу. Закрепить х-бу по гимнастической скамье, высоко поднимая колени, руки в стороны, перешагивая большие набивные мячи. Повторить прыжки через короткую скакалку. Ползание по пластунски «змейкой» между предметами (большие кегли).	Построение в шеренгу, перестроение в круг. Х-ба «змейкой», выпадами, спиной вперед. Бег «змейкой», по сигналу остановиться и присесть. ОРУ с веревочкой Охотники и звери – в/п	«Осанка – стройная спина».познакомить детей с понятием «осанка» и ее значением в жизни человека, с нарушениями осанки, расширить знания детей о правилах поддержания правильной осанки, учить детей по иллюстрации узнавать и уметь рассказывать о строении скелета, о правильной и неправильной осанке, воспитывать у детей интерес к собственному телу, осознанное отношение к собственному здоровью.	Веревочки, мячи, гимнастическая скамья,кегли,скакалки	Памятка для родителей Профилактика нарушений осанки.
42	«Животные жарких стран»	«Путешествие в Африку»	Учить перебрасыванию мяча друг другу через сетку, стоя лицом друг к другу. Закрепить х-бу по гимнастической скамье, высоко поднимая колени, руки в стороны, перешагивая большие набивные мячи. Повторить прыжки	Построение в шеренгу, перестроение в круг. Х-ба «змейкой», выпадами, спиной вперед. Бег «змейкой», по сигналу остановиться и присесть. ОРУ с веревочкой Охотники и звери – в/п	«Осанка – стройная спина».познакомить детей с понятием «осанка» и ее значением в жизни человека, с нару-	Веревочки, мячи, гимнастическая скамья,кегли,скакалки	Памятка для родителей Профилактика нарушений осанки.

			через короткую скакалку. Ползание по пластунски «змейкой» между предметами (большие кегли).		шениями осанки, расширить знания детей о правилах поддержания правильной осанки, учить детей по иллюстрации узнавать и уметь рассказывать о строении скелета, о правильной и неправильной осанке, воспитывать у детей интерес к собственному телу, осознанное отношение к собственному здоровью.		
43	«Папа может всё, что угодно!» (мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества)	«Хочу быть как папа»	Учить х-бе по пенькам. Закрепить прыжки через короткую скакалку. Повторить перебрасывание мяча друг другу через сетку, стоя лицом друг к другу.	Равнение в колонне, в шеренге, перестроения в звеня. Х-ба на четыре счета, чередуя х-бу на носках, на пятках. Бег с изменением темпа по музыкальном у сигналу, бег с захлестыванием голени. ОРУ б/п Охотники и звери – в/п, Фигура- м/п	Игра «Туристы». развивать умение адекватно использовать движения для достижения поставленной цели.	Пеньки, скакалки, мячи	Памятка для родителей Как облегчить процесс сидения? Что значит правильная посадка?
44	«Папа может всё, что угодно!» (мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества)	«Хочу быть как папа»	Учить х-бе по пенькам. Закрепить прыжки через короткую скакалку. Повторить перебрасывание мяча друг другу через сетку, стоя лицом друг к другу.	Равнение в колонне, в шеренге, перестроения в звеня. Х-ба на четыре счета, чередуя х-бу на носках, на пятках. Бег с изменением темпа по музыкальном у сигналу, бег с захлестыванием голени. ОРУ б/п Охотники и звери – в/п, Фигура- м/п	Игра «Туристы». развивать умение адекватно использовать движения для достижения поставленной цели.	Пеньки, скакалки, мячи	Памятка для родителей Как облегчить процесс сидения? Что значит правильная посадка?

	ства)						
45	«Неделя доброй сказки» (сказки народов мира)	«В гостях у сказки »	Учить вести мяч ногой в заданном направлении; бегу по буму с мячами (сколько сумел взять из корзины) Повторить х-бу по гимнастической скамье, отбивая мяч то справа, то слева о землю; Ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой.	Построение в круг, размыкание на вытянутые руки. Х-ба в колонне по одному, с поднятием колена, с остановкой по сигналу. Бег, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, по сигналу бег враспынную. ОРУ с мячом. Эст «Юный футболист» - ведение мяча ногой в заданном направлении; Эст. «Не потеряй груз» - бег по буму с мячами (сколько сумел взять из корзины)	Игра «Туристы». развивать умение адекватно использовать движения для достижения поставленной цели.	Мячи, бум, гимнастическая скамья, флажки	информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка
46	«Неделя доброй сказки» (сказки народов мира)	«В гостях у сказки »	Учить вести мяч ногой в заданном направлении; бегу по буму с мячами (сколько сумел взять из корзины) Повторить х-бу по гимнастической скамье, отбивая мяч то справа, то слева о землю; Ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой.	Построение в круг, размыкание на вытянутые руки. Х-ба в колонне по одному, с поднятием колена, с остановкой по сигналу. Бег, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, по сигналу бег враспынную. ОРУ с мячом. Эст «Юный футболист» - ведение мяча ногой в заданном направлении; Эст. «Не потеряй груз» - бег по буму с мячами (сколько сумел взять из корзины)	Игра «Туристы». развивать умение адекватно использовать движения для достижения поставленной цели.	Мячи, бум, гимнастическая скамья, флажки	информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка
47	«Мамочка, родная, я люблю тебя!» «Широкая Масленица!»	«Мамочка родная, я люблю тебя» «Широкая Масленица!»	Учить прыжкам вверх с трех-четырех шагов, стараясь коснуться надувного шара («клоун») . Закрепить х-бу по гимнастической скамье правым и левым боком, перешагивая набивные мячи. Повторить перебрасывание мяча из разных исходных положений, стоя лицом друг к другу через сетку	Построение в один круг, в два («На арене цирка»). Об.х-ба в сочетании с имитационной х-бой гимнастов, силачей (руки в стороны, к плечам, вверх). Бег «змейкой», ускоряя и замедляя шаг, бег поднимая колени, бег через воротики выс = 15-20см. ОРУ на гимнастической скамье. Мыльные пузыри – в/п	Игра «Что лишнее?» дифференцирование видов и способов движений.	Набивные мячи, шар, мячи, гимнастические скамьи	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях

48	«Мамочка, родная, я люблю тебя!» «Широкая Масленица!»	«Мамочка родная, я люблю тебя» «Широкая Масленица!»	Учить прыжкам вверх с трех-четырех шагов, стараясь коснуться надувного шара («клоун»). Закрепить х-бу по гимнастической скамье правым и левым боком, перешагивая набивные мячи. Повторить перебрасывание мяча из разных исходных положений, стоя лицом друг к другу через сетку	Построение в один круг, в два («На арене цирка»). Об.х-ба в сочетании с имитационной х-бой гимнастов, силачей (руки в стороны, к плечам, вверх). Бег «змейкой», ускоряя и замедляя шаг, бег поднимая колени, бег через воротики выс = 15-20см. ОРУ на гимнастической скамье. Мыльные пузыри – в/п	Игра «Что лишнее?» дифференцирование видов и способов движений.	Набивные мячи, шар, мячи, гимнастические скамьи	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
49	«Мы поедем, мы помчимся»	«Гонщики»	Учить перебрасыванию малого мяча из правой руки в левую на месте. Лазанию по веревочной лестнице свободным способом. Закрепить х-бу по гимнастической скамье через набивные мячи с хлопками над головой(боком). Повторить перешагивание набивных мячей; в конце с 3-4-х шагов выпрыгнуть вверх и коснуться рукой игрушки.	Перестроение в колонну, в круг. Об. Х-ба в сочетании с х-бой перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке «Петушиный шаг». Бег на носках, пронося прямые ноги через стороны, по муз.сигналу чередовать с х-бой с притопами. ОРУ на гимнастической скамье Пингвины – в/п	Игра «Что лишнее?» дифференцирование видов и способов движений	Малые мячи, веревочная лестница, гимнастические скамьи, набивные мячи	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения
50	«Мы поедем, мы помчимся»	«Гонщики»	Учить перебрасыванию малого мяча из правой руки в левую на месте. Лазанию по веревочной лестнице свободным способом. Закрепить х-бу по гимнастической скамье через набивные мячи с хлопками над головой(боком). Повторить перешагивание набивных мячей; в конце с 3-4-х шагов выпрыгнуть вверх и коснуться рукой игрушки.	Перестроение в колонну, в круг. Об. Х-ба в сочетании с х-бой перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке «Петушиный шаг». Бег на носках, пронося прямые ноги через стороны, по муз.сигналу чередовать с х-бой с притопами. ОРУ на гимнастической скамье Пингвины – в/п	Игра «Что лишнее?» дифференцирование видов и способов движений	Малые мячи, веревочная лестница, гимнастические скамьи, набивные мячи	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения
51	«Весеннее пробужде-	«Весеннее	Учить прыжкам на 2-х ногах по гимнастической скамье . Повто-	Перестроение в три колонны. Х-ба на четыре счета на носках, правым боком,	Игра «Теремок».	Гимнастическая ска-	Предложить

	ние» (весенние изменения в природе)	пробуждение»	ритель перебрасывание малого мяча из одной руки в другую в движении до ориентира. Лазание по веревочной лестнице свободным способом.	спиной вперед, левым боком, меняя положение рук. Бег по кругу, изменяя направление, спиной вперед. ОРУ б/п. Непоседа – воробей – в/п	найти правильный способ движения в зависимости от условий.	мяч, малые мячи, веревочная лестница	родителям Способствовать переводу умений двигательной деятельности в навыки, развивать качество навыков и качество движений.
52	«Весеннее пробуждение» (весенние изменения в природе)	«Весеннее пробуждение»	Учить прыжкам на 2-х ногах по гимнастической скамье. Повторить перебрасывание малого мяча из одной руки в другую в движении до ориентира. Лазание по веревочной лестнице свободным способом.	Перестроение в три колонны. Х-ба на четыре счета на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, меняя положение рук. Бег по кругу, изменяя направление, спиной вперед. ОРУ б/п. Непоседа – воробей – в/п	Игра «Теремок». найти правильный способ движения в зависимости от условий.	Гимнастическая скамья, малые мячи, веревочная лестница	Предложить родителям Способствовать переводу умений двигательной деятельности в навыки, развивать качество навыков и качество движений.
53	«Театр» (театральная неделя)	«В театре»	Учить ведению мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал. Повторить ползание по гимнастической скамейке на животе с чередующим хватом рук (правая, левая). Продолжать учить преодолевать полосу препятствие прыгать легко, беззвучно.	Построение в круг, расчет на 1-й, 2-й; перестр. в колонну по два. Х-ба в колонне по два по сигналу – х-ба шеренгой с одной стороны зала на другую. Об. Бег в колонне, захлестывая голень назад, выбрасывая прямые ноги вперед. ОРУ в парах.	Игра «Теремок». найти правильный способ движения в зависимости от условий.	Мячи, гимнастическая скамья, воротники	Рекомендации Профилактики гриппа и простудных заболеваний

54	«Театр» (театральная неделя)	«В театре»	Учить ведению мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал. Повторить ползание по гимнастической скамейке на животе с чередующим хватом рук (правая, левая). Продолжать учить преодолевать полосу препятствие прыгать легко, беззвучно.	Построение в круг, расчет на 1-й,2-й; перестр. в колонну по два. Х-ба в колонне по два по сигналу – х-ба шеренгой с одной стороны зала на другую. Об. Бег в колонне, захлестывая голень назад, выбрасывая прямые ноги вперед. ОРУ в парах.	Игра «Теремок». найти правильный способ движения в зависимости от условий.	Мячи, гимнастическая скамья, воротики	Рекомендации Профилактики гриппа и простудных заболеваний
55	«К нам весенний ветерок залетел в окошко» (весенние краски)	«Весенний ветерок»	Учить прыжкам на 2-х ногах по гимнастической скамье. Повторить перебрасывание малого мяча из одной руки в другую в движении до ориентира. Лазание по веревочной лестнице свободным способом.	Перестроение в три колонны. Х-ба на четыре счета на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, меняя положение рук. Бег по кругу, изменяя направление, спиной вперед. ОРУ б/п. Непоседа – воробей – в/п Фигура –м/п	Игра «Угадай, что задумали». закрепление знаний о видах ходьбы и их применение в жизни.	Гимнастическая скамья, малые мячи, веревочная лестница	сопровождать и поддерживать семью в реализации воспитательных воздействий
56	«К нам весенний ветерок залетел в окошко» (весенние краски)	«Весенний ветерок»	Учить прыжкам на 2-х ногах по гимнастической скамье. Повторить перебрасывание малого мяча из одной руки в другую в движении до ориентира. Лазание по веревочной лестнице свободным способом.	Перестроение в три колонны. Х-ба на четыре счета на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, меняя положение рук. Бег по кругу, изменяя направление, спиной вперед. ОРУ б/п. Непоседа – воробей – в/п Фигура –м/п	Игра «Угадай, что задумали». закрепление знаний о видах ходьбы и их применение в жизни.	Гимнастическая скамья, малые мячи, веревочная лестница	сопровождать и поддерживать семью в реализации воспитательных воздействий
57	«Наша маленькая планета» (День Земли + День космонавтики)	«Мы космонавты»	Учить прыжки в длину с разбега на гимнастический мат. Закрепить лазание по веревочной лестнице. Повторить прыжки на 2-х ногах по гимнастической скамье	Перестроение в 2 – 3 колонны на месте и в движении. Пружинистый шаг с носка, руки прижаты к туловищу. Медленный бег в течении одной минуты: широкой змейкой с остановкой на сигнал. ОРУ с малым мячом. Ноги от земли – в/п	Игра «Угадай, что задумали». закрепление знаний о видах ходьбы и их применение в жизни.	Гимнастический мат, веревочная лестница, гимнастическая скамья, малые мячи	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты

58	«Наша маленькая планета» (День Земли + День космонавтики))	«Мы космонавты»	Учить прыжки в длину с разбега на гим-кий мат. Закрепить лазание по веревочной лестнице. Повторить прыжки на 2-х ногах по гимнастической скамье	Перестроение в 2 – 3 колонны на месте и в движении. Пружинистый шаг с носка, руки прижаты к туловищу. Медленный бег в течении одной минуты: широкой змейкой с остановкой на сигналю. ОРУ с малым мячом Ноги от земли –в/п	Игра «Угадай, что задумали». закрепление знаний о видах ходьбы и их применение в жизни.	Гимнастический мат, веревочная лестница, гимнастическая скамья, малые мячи	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
59	«В одном счастливом детстве» (день рождения детского сада)	«Детство»	Учить лазанию по канату свободным способом. Закрепить прыжки по гимнастическому буму на правой, левой ноге через кирпичики, сохраняя равновесие. Прыжки в длину с разбега на гим-кий мат. Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой.	Перестроение в 2 – 3 колонны на месте и в движении. Пружинистый шаг с носка, руки прижаты к туловищу. Медленный бег в течении одной минуты: широкой змейкой с остановкой на сигналю. ОРУ с малым мячом Одуванчик – в/п	Игра «Узнай движение по следу». закрепление знаний о видах ходьбы, бега, прыжков.	Канат, гимнастический бум, гимнастический мат, малые мячи	знакомство родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями (дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема) и способами поведения в них;
60	«В одном счастливом детстве» (день рождения детского сада)	«Детство»	Учить лазанию по канату свободным способом. Закрепить прыжки по гимнастическому буму на правой, левой ноге через кирпичики, сохраняя равновесие. Прыжки в длину с разбега на гим-кий мат. Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой.	Перестроение в 2 – 3 колонны на месте и в движении. Пружинистый шаг с носка, руки прижаты к туловищу. Медленный бег в течении одной минуты: широкой змейкой с остановкой на сигналю. ОРУ с малым мячом Одуванчик – в/п	Игра «Узнай движение по следу». закрепление знаний о видах ходьбы, бега, прыжков.	Канат, гимнастический бум, гимнастический мат, малые мячи	знакомство родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями (дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема) и способами поведения в них;
61	«Книжка неделя»	«В гостях у Умки»	Закрепить прыжки по гимнастическому буму на правой, левой ноге через кирпичики, сохраняя равновесие.	Х-ба в колонне через середину, распределение в разные стороны по одному. . Х-ба с задержкой на носке «пе-	Игра «Узнай движение по следу».	гимнастический бум, гимнастичес-	проводить совместные с родителями

			весие.Прыжки в длину с разбега на гим-кий мат. Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой.	тушиный шаг» Бег подскоком по кругу в колонне, приставным шагом правым, левым боком, руки на пояс. ОРУ с малым Одуванчик – в/	закрепление знаний о видах ходьбы, бега, прыжков.	ский мат,малые мячи	конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы
62	«Книжечка неделя»	«В гостях у Умки»	Закрепить прыжки по гимнастическому буму на правой, левой ноге через кирпичики, сохраняя равновесие.Прыжки в длину с разбега на гим-кий мат. Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой.	Х-ба в колонне через середину, распределение в разные стороны по одному. . Х-ба с задержкой на носке «петушиный шаг» Бег подскоком по кругу в колонне, приставным шагом правым, левым боком, руки на пояс. ОРУ с малым Одуванчик – в/	Игра «Узнай движение по следу». закрепление знаний о видах ходьбы, бега, прыжков.	гимнастический бум, гимнастический мат,малые мячи	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы
63	«Мои друзья - насекомые» <i>Проектная</i>	«Мои друзья - насекомые»	Закрепить х-бу по гим-кой скамье с мячом в руках, на носках, на середине поворот вокруг себя. Прыжки на двух ногах с зажатым мячом между ног, продвигаясь вперед. Ведение мяча разными	Расчет на первый второй и перестроение из одной шеренги в две. Х-ба с мячом в руках со сменой положения рук и ног на 8 счетов. Бег с мячом в руках с преодолением препятствий (воротики, плоские цветы). ОРУ с мя-	Игра «Найди свой домик». закрепление знаний о видах построений (круг,	Гимнастическая скамья, мячи	информировать родителей о концертах профессиональных и самодеятель-

	деятельность детей		способами между предметами Ползание по пластунски до ориентира, прокатывая перед собой мяч.	чом. Охотники и зайцы – в/п. У кого мяч? - м/п	шеренга, в пары, полукруг), совершенствование умения быстро ориентироваться в изменившейся обстановке.		ных коллективов, проходящих в учреждениях дополнительного образования и культуры.
64	«Мои друзья - насекомые» Проектная деятельность детей	«Мои друзья - насекомые»	Закрепить х-бу по гим-кой скамье с мячом в руках, на нос-ках, на середине поворот вокруг себя. Прыжки на двух ногах с зажатым мячом между ног, продвигаясь вперед. Ведение мяча разными способами между предметами Ползание по пластунски до ориентира, прокатывая перед собой мяч.	Расчет на первый второй и перестроение из одной шеренги в две. Х-ба с мячом в руках со сменой положения рук и ног на 8 счетов. Бег с мячом в руках с преодолением препятствий (воротики, плоские цветы). ОРУ с мячом. Охотники и зайцы – в/п. У кого мяч? - м/п	Игра «Найди свой домик». закрепление знаний о видах построений (круг, шеренга, в пары, полукруг), совершенствование умения быстро ориентироваться в изменившейся обстановке.	Гимнастическая скамья, мячи	информировать родителей о концертах профессиональных и самодеятельных коллективов, проходящих в учреждениях дополнительного образования и культуры.
65	«Спасибо Деду за Победу!»	«Буду как дед»	Учить прыжкам через длинную скакалку. Закрепить перебрасывание набивных мячей снизу, стоя лицом друг к другу. Повторить х-бу по гимнастической скамье, с мешочком на голове, руки в стороны. Лазание по канату свободным способом	Построение в три колонны парами. Об.х-ба парами в колонне, по сигналу – перестроение в одну колонну. Бег на носках, с захлестыванием голени, спиной вперед, по сигналу – остановка ОРУ с флажками Мы веселые ребята – в/п	Игра «Найди свой домик». закрепление знаний о видах построений (круг, шеренга, в пары, полукруг), совершенствование умения быстро ориентироваться в изменившейся обстановке.	Длинная скакалка, набивные мячи, гимнастическая скамья, канат, флажки	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях

66	«Спасибо Деду за Победу!»	«Буду как дед»	Учить прыжкам через длинную скакалку. Закрепить перебрасывание набивных мячей снизу, стоя лицом друг к другу. Повторить х-бу по гимнастической скамье, с мешочком на голове, руки в стороны. Лазание по канату свободным способом	Построение в три колонны парами. Об.х-ба парами в колонне, по сигналу – перестроение в одну колонну. Бег на носках, с захлестыванием голени, спиной вперед, по сигналу – остановка ОРУ с флажками Мы веселые ребята – в/п	Игра «Найди свой домик». закрепление знаний о видах построений (круг, шеренга, в пары, полукруг), совершенствование умения быстро ориентироваться в изменившейся обстановке.	Длинная скакалка, набивные мячи, гимнастическая скамья, канат, флажки	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
67	«День музеев» <i>Проектная деятельность детей</i>	«День в музее»	Закрепить х-бу по гимнастической скамье с мешочком на голове, поворачиваясь правым и левым боком. Прокатывание набивных мячей ногами из и.п., сидя на полу лицом друг к другу на расст= 3м. Лазание по канату свободным способом. Повторить Прыжки через длинную скакалку	Размыкание из одной колонны в три колонны приставными шагами в разные стороны. . Х-ба о. в сочетании с х-бой широким шагом, на низких четвереньках, спиной вперед. Бег семенящим шагом по сигналу принять и.п. по показу. ОРУ с флажками Охотники и зайцы – в/п	Игра «Отгадай загадку». дифференцирование движений, характерных для разных видов спорта.	Длинная скакалка, набивные мячи, гимнастическая скамья, канат, флажки	информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации; при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи – «01», «02»,
68	«День музеев» <i>Проектная деятельность детей</i>	«День в музее»	Закрепить х-бу по гимнастической скамье с мешочком на голове, поворачиваясь правым и левым боком. Прокатывание набивных мячей ногами из и.п., сидя на полу лицом друг к другу на расст= 3м. Лазание по канату свободным способом. Повторить Прыжки через	Размыкание из одной колонны в три колонны приставными шагами в разные стороны. . Х-ба о. в сочетании с х-бой широким шагом, на низких четвереньках, спиной вперед. Бег семенящим шагом по сигналу принять и.п. по показу. ОРУ с флажками Охотники и	Игра «Отгадай загадку». дифференцирование движений, характерных для разных видов спорта.	Длинная скакалка, набивные мячи, гимнастическая скамья, канат, флажки	информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации;

			длинную скакалку	зайцы – в/п			при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи – «01», «02»,
69	«Перелетные птицы, труд людей весной»	«Перелет птиц»	Закрепить умение быстро действовать по сигналу, воспитывать правильную осанку. Развивать ловкость, быстроту, равновесие, выносливость, силу, гибкость. Воспитывать интерес к физкультурным занятиям	Перестроение парами в два круга. Х-ба с перекатом с пятки на носок. Бег с преодоление препятствий (скамейка, воротики, пуфики). ОРУ б/п. Игры со скакалкой: «Кто быстрее добежит со скакалкой до флажка»; «Кто дальше»; «Удочка»; «Невод»	Игра «Отгадай загадку». дифференцирование движений, характерных для разных видов спорта.	Скамейка, пуфики, воротики, скакалка	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;
70	«Перелетные птицы, труд людей весной»	«Перелет птиц»	Закрепить умение быстро действовать по сигналу, воспитывать правильную осанку. Развивать ловкость, быстроту, равновесие, выносливость, силу, гибкость. Воспитывать интерес к физкультурным занятиям	Перестроение парами в два круга. Х-ба с перекатом с пятки на носок. Бег с преодоление препятствий (скамейка, воротики, пуфики). ОРУ б/п. Игры со скакалкой: «Кто быстрее добежит со скакалкой до флажка»; «Кто дальше»; «Удочка»; «Невод»	Игра «Отгадай загадку». дифференцирование движений, характерных для разных видов спорта.	Скамейка, пуфики, воротики, скакалка	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;

71	«Зеленый огонек здоровья» (ЗОЖ, безопасность ДД)	«Зелёный огонёк здоровья»	Закрепить х-бу по гим-кой скамье, высоко поднимая колени, руки в стороны, в чередовании с прыжком на двух ногах через модули выс – 20см, 2 модуля. Ведение мяча в прямом направлении до ориентира правой рукой, после ориентира – левой; расст – 6м. Прыжки на двух ногах «Кенгуру». Бросок мал.мяча о стенку от плеча, ловля двумя руками от отскока.	Расчет на первый, второй, третий, четвертый и размыкание по расчету приставным шагом в правую и левую стороны. Х-ба с перекатом с пятки на носок, х-ба с выпадами, спиной вперед на низких четвереньках. Легкий бег на носках двумя кругами на встречу друг другу. ОРУ б/п.	Игра «Два бассейна». упражнение в ориентировке в пространстве.	Гимнастическая скамейка, модули, мячи, малые мячи	информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка
72	«Зеленый огонек здоровья» (ЗОЖ, безопасность ДД)	«Зелёный огонёк здоровья»	Закрепить х-бу по гим-кой скамье, высоко поднимая колени, руки в стороны, в чередовании с прыжком на двух ногах через модули выс – 20см, 2 модуля. Ведение мяча в прямом направлении до ориентира правой рукой, после ориентира – левой; расст – 6м. Прыжки на двух ногах «Кенгуру». Бросок мал.мяча о стенку от плеча, ловля двумя руками от отскока.	Расчет на первый, второй, третий, четвертый и размыкание по расчету приставным шагом в правую и левую стороны. Х-ба с перекатом с пятки на носок, х-ба с выпадами, спиной вперед на низких четвереньках. Легкий бег на носках двумя кругами на встречу друг другу. ОРУ б/п.	Игра «Два бассейна». упражнение в ориентировке в пространстве.	Гимнастическая скамейка, модули, мячи, малые мячи	информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка

Образовательная область «Физическое развитие 3 занятие» Старший дошкольный возраст

№	Тема	Задачи	Краткое содержание НОД	Совместная деятельность	Изменения в РППС	Взаимодействие с семьей
1	«Здравствуй детский сад»	Учить детей ходить и бегать, сохранять правильную осанку; учить лазанию по гимнастической стенке одним способом, не пропуская реек.	Ходьба с высоким подниманием коленей, с разными положениями рук. Медленный бег. ОРУ. Осн.движ.: бег (100м), ходьба по наклонным	«Заколдованное движение». Учить видеть общее в схеме и рисунке, изображающих один и тот же вид физиче-	Наклонные доски, гимн.стенка,мячи	Привлекать родителей к участию в жизни детского сада

			доскам, лазание по гимнастической стенке одноименным способом, переход на др.пролет. П.И. «Горелки», «Летает-не летает»	скового упражнения; выделить технические элементы движений, сравнивать их между собой.		
2	«Золотая осень»	Упражнять в ходьбе и беге с сохранением дистанции,учить подбрасывать и ловить после отскока об землю мяч, формировать выносливость	Ходьба с высоким подниманием коленей, с разными положениями рук. Медленный бег. ОРУ. Осн.движ.: бег (100м), подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками после отскока от земли,ходьба по наклонным доскам, медленный бег. П.И. «Паук и муха», «Затейники»	<i>«Подбери упражнение».</i> Учить замечать общее и различное в технике физических упражнений, закрепить их название	Доски, мячи	
3	«Урожай собирай»	Упражнять в ходьбе и беге; учить прыжкам через лежащие на земле палки с поворотом на 180 ;упражнять в подбрасывании и ловле мяча пальцами рук и после отскока от земли.	Ходьба с высоким подниманием коленей, «как мышки», «как пингвины» с выполнением упр-й для рук. Медленный бег. ОРУ. Осн.движ.: бег со средней скоростью (100м), прыжки через лежащие на земле палки с поворотом на 180 и прыжки обратно ,подбрасывание	Игра «Что лишнее?» дифференцирование видов и способов движений.	Гимнастические палки, мячи	

			<p>мяча вверх и ловля его пальцами рук, медленный бег.</p> <p>П.И. «Сорока», «Затейники»</p>			
4	«Правила дорожные очень всем нужны»	Учить прыгать в длину с разбега, правильно отталкиваясь и приземляясь, упражнять в сохранении равновесия, ходьбе и беге, формировать выносливость	<p>Ходьба с изменением направления. Медленный бег с высоким подниманием коленей. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью, ходьба по гимнаст. скамье, прыжки на дальность с разбега в длину, медленный бег.</p> <p>П.И. «Хитрая лиса», «Чей голос?»»</p>	<p>Игра «Собери картинку»</p> <p>Формировать у детей интерес к физкультуре и спорту. Знакомить детей с видами спорта, учить детей узнавать и называть виды спорта, развивать воображение и логику.</p>	Гимн. скамьи	
5	«Чудеса осени»	Учить прыгать в длину с места на дальность, правильно отталкиваясь и приземляясь, упражнять в передаче мяча, не теряя его, формировать выносливость	<p>Ходьба с высоким подниманием коленей, «как мышки», «как пингвины» с выполнением упр-й для рук. Медленный бег. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью, прыжки в длину с места на дальность, передача мяча в колоннах вперед и назад прямыми руками с прогибанием, медленный бег.</p>	Игра «Найди пару» Развивать интерес к физкультуре и спорту, определять к какому виду транспорта относится. Развивать умения анализировать и обобщать, развивать творческое мышление и воображение.	Маты, мячи	Беседа с родителями о здоровом образе жизни.

			П.И. «Ловишки», «Затейники»			
6	«Дары северной природы»	Учить лазать по гимн.стенке одноименным шагом, не пропуская реек, упражнять в прыжках в длину с места, правильно отталкиваясь и приземляясь.	Ходьба «как цапли», «как мышки», «как пингвины» с выполнением упр-й для рук. Медленный бег. ОРУ. Осн.движ.: бег со средней скоростью, прыжки в длину с места на дальность, передача мяча в колоннах вперед и назад прямыми руками с прогибанием, медленный бег. П.И. «Куры и ястреб», «Съедобное-несъедобное»	Беседа «Как следить за руками» закрепить знания детей о значении ухода за руками, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Маты,мячи	
7	«Заглянула осень в сад птицы улители»	Учить метанию на дальность правой и левой рукой из-за головы,упр-ть в лазании по гимн.стенке, чередующимся шагом, не пропуская реек	Ходьба со сменой ведущего широким шагом. Медленный бег. ОРУ. Осн.движ.: бег со средней скоростью, метание на дальность правой и левой рукой из-за головы, лазание по гимн.стенке, чередующимся шагом, медленный бег. П.И. «Жмурки», «Волчок»	Игра «Кто больше знает движений?» закрепить название видов и способов ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания.	Гимн.стенка, мешочки с песком	

8	«Моя дорогая-Коми земля»	Учить прыжкам через скакалку, упражнять в бросании мяча от груди и снизу и ловле его пальцами.	<p>Ходьба со сменой ведущего широким шагом. Медленный бег, приставным шагом. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью ,перебрасывание мяча друг другу в колоннах, прыжки через скакалку, бег и ходьба боком приставным шагом</p> <p>П.И. «Не попадись», «Угадай, кто позвал»</p>	Игра «Что лишнее?» дифференцирование видов и способов движений	Скакалки, мячи	
9	«Я и моя семья»	Упражнять в ходьбе и беге, учить прыгать через шнур, не задевая его, упражнять в бросании и ловле мяча	<p>Ходьба «как цапли», «как мышки», «как пингвины» с выполнением упр-й для рук. Медленный бег. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью , прыжки через шнур с места, перебрасывание мяча снизу и от груди, медленный бег.</p> <p>П.И. «Куры и ястреб», «Летает-не летает»</p>	«Как следить за ногами» закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Шнур, мячи	Какие пищевые продукты помогают стать закалёнными». - расширять знания родителей о нетрадиционных методах закаливания в семье, способствовать формированию здорового образа жизни в семье.
10	«Что нам стоит дом построить!»	<p>Развивать быстроту бега, ловкость, слаженность коллективных действий, смекалку.</p> <p>Упражнять в умении</p>	<p>«Путешествие в спорландию»</p> <p>П.и. «Раз, два, три — беги!»</p>	Игра «Узнай движение». учить узнавать движения по словесному описанию.	мячи	

		действовать по сигналу; закреплять умение метать предметы в цель	П.и. «Попади в обруч».			
11	«Россия огромная страна»	Учить бросать и ловить мяч, не теряя его; упражнять в ходьбе и беге, сохраняя правильную осанку	Ходьба с высоким подниманием коленей, с разными положениями рук. Медленный бег. ОРУ. Осн.движ.: бег (100м), подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками после отскока от земли, ходьба по наклонным доскам, медленный бег. П.И. «Паук и муха», «Затейники»	Игра «Отгадай загадку». дифференцирование движений, характерных для разных видов спорта.	Мячи	
12	«Дружба-это хорошо, дружба это весело»	Учить перепрыгивать через гимнастические палки, не смещая их; упражнять в подбрасывании и ловле мяча. Упражнять в беге, развивать быстроту. Продолжать учить преодолевать полосу препятствия прыгать легко, беззвучно	Ходьба с высоким подниманием коленей, «как мышки», «как пингвины» с выполнением упр-й для рук. Медленный бег. ОРУ. Осн.движ.: бег со средней скоростью (100м), прыжки через лежащие на земле палки с поворотом на 180 и прыжки обратно, подбрасывание мяча вверх и ловля его пальцами рук, медлен-	Игра «Состязание». развивать умение трансформировать знакомые движения в нужном направлении для решения поставленной задачи.	Гимн.палки, мячи	

			<p>ный бег.</p> <p>П.И. «Сорока», «Затейники»</p>			
13	«С днём рождения любимый город»	Упражнять удерживать равновесие, развивать меткость.	<p>Ходьба со сменой ведущего широким шагом. Медленный бег. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью ,метание на дальность правой и левой рукой из-за головы, лазание по гимн.стенке, чередующимся шагом, медленный бег.</p> <p>П.И. «Донеси – не урони», «Сбей цель».</p>	<p>Игра «Передай мяч».</p> <p>развивать умение применять известные движения в конкретной обстановке.</p>	Гимн.стенка, мешочки с песком	«Учимся правильно дышать» - познакомить с упражнениями на формирования правильного дыхания у детей дошкольного возраста, показать значение правильного дыхания в физическом развитии дошкольников.
14	«Поёт земля-аукает, Мохнатый лес баюкает »	<p>Обеспечить детям полноценный активный отдых на зимней прогулке, укреплять здоровье детей.</p> <p>- Развивать физические качества: ловкость, выносливость, скорость, точность,</p> <p>пробуждать у детей дух соревнования, стремление к победе.</p>	<p>Д/и «Узнай по описанию» - зимние игры.</p> <p>Игра «Перетяни канат».</p> <p>Игра «Взятие снежной крепости».</p> <p>Игра-соревнование «Гонки санок».</p>	<p>Игра «Найди свой домик».</p> <p>закрепление знаний о видах построений (круг, шеренга, в пары, полукруг), совершенствование умения быстро ориентироваться в изменившейся обстановке.</p>	Ледянки, канат, клюшки.	
15	«Зимние забавы»	Учить детей попадать в круг набивными мешоч-	Игровое упр. «Попади в круг»	Игра «Кто больше знает движений?»	Мешочки обруч	

		<p>ками с расстояния 2-3 шагов. Развивать глазомер, координацию и точность движений.</p> <p>Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу. Упражнять в ловкости.</p>	<p>П.и.«Эстафета с мячами»</p>	<p>закрепить название видов и способов ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания.</p>	<p>мячи</p>	
16	«Город мастеров»	<p>Учить детей попадать в круг набивными мешочками с расстояния 2-3 шагов. Развивать глазомер, координацию и точность движений.</p> <p>Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу. Упражнять в ловкости</p>	<p>Игровое упр. «Попади в круг»</p> <p>П.и.«Эстафета с мячами».</p>	<p>Игра «Состязание». развивать умение трансформировать знакомые движения в нужном направлении для решения поставленной задачи.</p>	<p>Мешочки обруч</p> <p>мячи</p>	
17	«Зимовье зверей»»	<p>Упражнять в лазании по гимн.стенке чередующимся шагом, в прыжках с разбега</p>	<p>Ходьба с высоким подниманием коленей, с выполнением упр-й для рук. Бег в рассыпную. Медленный бег. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью змейкой, лазание по гимн.стенке приставным шагом, переходя с пролета на пролет, прыжки с разбега,</p>	<p>Игра «Найди свой домик». Закрепление знаний о видах построений (круг, шеренга, в пары, полукруг), совершенствование умения быстро ориентироваться в изменившейся обстановке.</p>	<p>Гимн.стенка, кегли</p>	

			медленный бег. П.И. «Два Мороза», «Кто ушел»			
18	Народные традиции России»	Учить подбрасывать и ловить мяч несколько раз подряд, упражнять в ходьбе и беге, сохраняя дистанцию, учить сохранять равновесие	Перестроение в пары. Х-ба приставным шагом с приседанием. Бег со сменой направления движения по зв. сигналу. ОРУ с обручем. Осн.движ.: бег со средней скоростью змейкой ,подбрасывание и ловля мяча, ходьба по гимн.скамье, в конце спрыгнуть, медленный бег. П.И. «Белые медведи», «Кто ушел»	«Подбери упражнение». Учить замечать общее и различное в технике физических упражнений, закрепить их название	Гимн.скамья,обручи, мячи	
19	«Братья наши меньшие – птицы»	Учить прыжкам с разбега, правильно отталкиваясь и приземляясь, упражнять в метании правой и левой рукой способом «снизу»	Ходьба с выполнением упр-й для рук. Бег враспынную, приставным шагом. ОРУ. Осн.движ.: бег со средней скоростью , прыжки с разбега через шнур, метание на дальность, медленный бег. П.И. « Кто быстрее?», «Ровным кругом»	Беседа «Дыхание основа жизни» Закрепление приёмов дыхательной гимнастики; объяснить детям, чем полезна дыхательная гимнастика.	Спортивный инвентарь	Наглядный материал «Играем вместе с ребенком зимой»
20	«Все работы хоро-	Упражнять в беге, развивать быстроту. Про-	«Путешествие в Афри-	Игра «Узнай движение».	Спортивный инвентарь	

	ши»	должать учить преодолевать полосу препятствие прыгать легко, беззвучно. Воспитывать физические качества: ловкость и быстроту	ку» П.и. «Замри» П.и. «Брось-поймай». П.и «Волк и овцы»	учить узнавать движения по словесному описанию.		
21	«Животные жарких стран»	Воспитывать у детей уважение к Российской Армии, любовь к Родине. Развивать физические качества детей (ловкость, быстроту, меткость, координацию); развивать творческие способности, вовлекая детей в исполнение песен, чтение стихов; расширять гендерные представления: формировать у мальчиков стремление стать достойными защитниками Родины, у девочек – уважение к будущим воинам	<i>Спортивное развлечение.</i>	Игра «Туристы». развивать умение адекватно использовать движения для достижения поставленной цели.	Спортивное оборудование, флажки, картинки	
22	«Папа может все что угодно!»	Упражнять в ходьбе и беге, учить прыгать на одной ноге, развивать ловкость	Ходьба с поворотом по сигналу. Бег враспынную, приставным шагом. ОРУ. Осн.движ.: бег со средней скоростью , ходьба по гимн.скамье, прыжки на одной ноге до ориентира и обратно на дру-	Игра «Найди свой домик». закрепление знаний о видах построений (круг, шеренга, в пары, полукруг), совершенствование умения быстро ориентироваться в изменившейся обста-	Гимн.скамья, ориентиры	

			гой ногое,медленный бег. П.И. « Пустое место», «Ровным кругом»	новке		
23	«Неделя доброй сказки»	Учить прыгать через шнур, согнув ноги, учить метанию из-за спины правой и левой рукой, формировать выносливость.	Ходьба приставным шагом. Бег змейкой, приставным шагом. ОРУ. Осн.движ.: бег со средней скоростью , прыжки через шнур , метание мячей из-за спины через плечо правой и левой рукой,медленный бег. П.И. « Мы веселые ребята», «Ровным кругом»	Игра «Состязание». развивать умение трансформировать знакомые движения в нужном направлении для решения поставленной задачи.	Шнур ,Мячи малые	Памятка для родителей по проведению дыхательной гимнастики.
24	«Мамочка родная, я люблю тебя» «Широкая Масленица»	Учить прыгать с места, правильно отталкиваясь и приземляясь, упражнять в метании способом «снизу от себя»	Ходьба по диагонали. Медленный бег со сменной направления. ОРУ. Осн.движ.: бег со средней скоростью , прыжки с места на дальность, метание малых мячей в горизонтальную цель,медленный бег. П.И. « Пустое место», «Съедобное-несъедобное»	Игра «Узнай движение». учить узнавать движения по словесному описанию.	Малые мячи	
25	«Мы поедим, мы помчимся»	Учить лазанию по гимн.стенке одноименным способом, упраж-	Ходьба по диагонали, змейкой. Медленный бег со сменной направления.	«Как следить за ногами»	Гимн.стенка,маты	

		нять в прыжках с разбега на дальность	ОРУ. Осн.движ.: бег со средней скоростью , прыжки с разбега на дальность, влезание на гимн.стенку одноименным способом и спуск с нее, медленный бег. П.И. « Гуси-лебеди», «Съедобное-несъедобное»	закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте		
26	«Весеннее пробуждение»	Учить прыжкам на дальность с места, упражнять в метании в горизонтальную цель способом «от плеча» правой и левой рукой	Ходьба по диагонали, приставным шагом, парами. Медленный бег со сменой направления. ОРУ. Осн.движ.: бег со средней скоростью , прыжки на дальность с места, метание малых мячей в горизонтальную цель, медленный бег. П.И. «Дальше и выше». П.и «Ровным кругом»	Беседа «Дыхание основа жизни» Закрепление приемов дыхательной гимнастики; объяснить детям, чем полезна дыхательная гимнастика.	Малые мячи, маты	
27	«Театр»	Учить метанию на дальность способом «из-за головы» правой и левой рукой, упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед	Ходьба с остановкой по сигналу. Медленный бег со сменой направления. ОРУ. Осн.движ.: бег со средней скоростью , прыжки	Игра «Теремок». найти правильный способ движения в зависимости от условий.	Мешочки, обруч, маты	

			<p>на двух ногах до обозначенного места, метание малых мячей в вертикальную цель, медленный бег.</p> <p>П.И. «Пустое место»,</p> <p>П.и. «Дальше и выше».</p>			
28	«К нам весенний ветерок залетел в окошко»	Учить метанию в вертикальную цель правой и левой рукой способом «из-за головы»; упражнять в прыжках с разбега	<p>Ходьба с остановкой по сигналу. Медленный бег со сменой направления. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью, прыжки с разбега, метание в вертикальную цель, медленный бег.</p> <p>П.И. «Самолеты»,</p> <p>П.и. «Дальше и выше».</p>	«Заколдованное движение».	Маты, мешочки с песком	Беседа с родителями о здоровом образе жизни.
29	«Наша маленькая планета»	Учить метанию правой и левой рукой способом «от плеча», упражнять в прыжках через скакалку	<p>Ходьба с закрытыми глазами. Медленный бег со сменой направления. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью, прыжки через скакалки, метание в вертикальную цель, медленный бег.</p> <p>П.И. «Резвые лягушки»,</p>	Учить видеть общее в схеме и рисунке, изображающих один и тот же вид физического упражнения; выделить технические элементы движений, сравнивать их между собой	Скакалки, мешочки с песком	

			П.и. «Дальше и выше».			
30	«В одном счастливом детстве»	Учить прыжкам в высоту с разбега; упражнять в равновесии; формировать выносливость	<p>Ходьба с высоким подниманием колена. Медленный бег со сменой направления. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью, ходьба быстрым шагом по гимнастической скамье, руки в стороны, прыжки в высоту с разбега, медленный бег.</p> <p>П.И. «Щука в реке»,</p> <p>П.и. «Дальше и выше».</p>	Игра «Узнай движение». учить узнавать движения по словесному описанию.	Гимнастическая скамья, веревка (высота 35 см)	
31	«Книжная неделя»	Развивать навыки метания способом «снизу» правой и левой рукой; упражнять в пролезании в обруч	<p>Ходьба с остановкой по сигналу. Медленный бег со сменой направления. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью, пролезание в пролет стойки прямо и боком, метание на дальность, медленный бег.</p> <p>П.И. «Пустое место»,</p> <p>П.и. «Дальше и выше».</p>	Как ухаживать за своим телом» закрепить знания детей о значении чистоты кожи для человека, о значении кожи и ее функции в организме человека.	Мешочки для метания, стойка для пролезания, мяч	
32	«Мои друзья-насекомые»	Упражнять в прыжках через скакалку; Развивать ловкость.	Ходьба приставным шагом. Медленный бег со сменой направления.	«Как ухаживать за своим телом» закрепить знания детей о значении чистоты	Скакалки	«Учимся правильно дышать» - познакомиться с упражнениями на формирования пра-

			<p>ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью , прыжки через скакалку на 2 ногах, пробегание под вращающейся скакалкой, медленный бег.</p> <p>П.И. « Солнце и дождик»,</p> <p>П.и. «Назови цветок».</p>	<p>кожи для человека, о значении кожи и ее функции в организме человека.</p>		<p>вильного дыхания у детей дошкольного возраста, показать значение правильного дыхания в физическом развитии дошкольников.</p>
33	«Спасибо Деду за Победу!»	<p>Упражнять в подбрасывании и ловле мяча, в умении самостоятельно принимать исходное положения и выполнять бросок на дальность способом «из-за головы»</p>	<p>Ходьба друг за другом, боковым приставным шагом, с заданиями для рук. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью , метание на дальность, подбрасывание и ловля мяча, медленный бег.</p> <p>П.И. « Солнце и дождик»,</p> <p>П.и. «Назови цветок».</p>	<p>Физкультура на кубиках».</p>	<p>Мешочки , мячи</p>	
34	«День музеев»	<p>Учить замаху и броску при метании, учить прыгать через скакалку.</p>	<p>Ходьба с высоким подниманием бедра, медленный бег со сменой скоростью. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью , прыжки через скакалку на 2 ногах, метание на даль-</p>	<p>Учить различать разные виды физических упражнений, правильно называть и выполнять их.</p>	<p>Мешочки для метания, скакалки</p>	

			<p>ность способом «из-за спины через плечо» , медленный бег.</p> <p>П.И. « С кочки на кочку»,</p> <p>П.и. «Назови цветок».</p>			
35	«Перелётные птицы»	Учить лазанию по гимн.стенке одноименным способом, упражнять в прыжках с разбега на дальность	<p>Ходьба по диагонали, змейкой. Медленный бег со сменой направления. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью , прыжки с разбега на дальность, влезание на гимн.стенку одноименным способом и спуск с нее, медленный бег.</p> <p>П.И. « Гуси-лебеди», «Съедобное-несъедобное»</p>	«Как следить за руками»закрепить знания детей о значении ухода за руками, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Гимн.стенка	
36	«Зелёный огонёк здоровья»	Учить прыжкам с разбега, отталкиваясь одной ногой и приземляться на две, упражнять в висе и отжимании Формировать выносливость.	<p>Ходьба с высоким подниманием бедра, медленный бег со сменой скоростью. ОРУ.</p> <p>Осн.движ.: бег со средней скоростью , прыжки в длину с разбега, вис и отжимание, медленный бег.</p> <p>П.И. « Удочка»,</p>	«Как следить за руками»закрепить знания детей о значении ухода за руками, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Спортивное оборудование	

			П.и. «Назови цветок».			
--	--	--	-----------------------	--	--	--

Комплексно-тематическое планирование - подготовительная группа

№	Тема календаря жизни	Тема	Задачи	Краткое содержание НОД	Совместная деятельность	Изменения в РППС	Взаимодействие с семьей
1	«Здравствуй ,детский сад»	«Мой детский сад»	Учить ходьбе по наклонному бревну приставным шагом. Повторить прыжки в высоту. Закрепить метание в горизонтальную цель правой и левой рукой .	Равнение по ориентиру, команды: ровняйся, смирно; ходьба с переменной направления и с остановкой на зрительный ориентир; челночный бег 3-5 м; ОРУ с флажками	«С чего начинается физическая культура» познакомить детей со значением физической культуры для организма человека.	Мячи, флажки, мешочки с песком, гимнастическое бревно	информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка спокойное общение, питание, закаливание, движение.
2	«Здравствуй ,детский сад»	«Мой детский сад»	Учить ходьбе по наклонному бревну приставным шагом. Повторить прыжки в высоту. Закрепить метание в горизонтальную цель правой и левой рукой .	Равнение по ориентиру, команды: ровняйся, смирно; ходьба с переменной направления и с остановкой на зрительный ориентир; челночный бег 3-5 м; ОРУ с флажками;	«С чего начинается физическая культура» познакомить детей со значением физической культуры для организма человека.	Мячи, флажки, мешочки с песком, гимнастическое бревно	информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка спокойное общение, питание, закаливание, движение.

3	«Золотая осень» (краски осени)	«Золотая осень»	Продолжать учить детей ходьбе по кругу на носках, на пятках, выпадами спиной вперед. Учить метанию набивного мяча. Повторить бег на скорость – 30м; Закрепить прыжки с места в длину, высоту	Равнение по ориентиру, команды: равняйся, смирно; ходьба с переменной направления и с остановкой на зрительный ориентир; челночный бег 3-5 м; ОРУ с флажками .	«С чего начинается физическая культура» познакомить детей со значением физической культуры для организма человека.	Набивные мячи, флажки	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
4	«Золотая осень» (краски осени)	«Золотая осень»	Продолжать учить детей ходьбе по кругу на носках, на пятках, выпадами спиной вперед. Учить метанию набивного мяча. Повторить бег на скорость – 30м; Закрепить прыжки с места в длину, высоту	Равнение по ориентиру, команды: равняйся, смирно; ходьба с переменной направления и с остановкой на зрительный ориентир; челночный бег 3-5 м; ОРУ с флажками .	«С чего начинается физическая культура» познакомить детей со значением физической культуры для организма человека.	Набивные мячи, флажки	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
5	«Урожай собирай – витамины запасай!» (овощи и фрукты)	«Собираем урожай»	Учить х-бе по узкой рейке, гимнастической скамейке, неся большую корзину с «овощами». Повторить прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Закрепить лазание по наклонной лесенке (на высоких четвереньках) с переходом на вертикальную ле-	Построение в колонну, равнение на ведущего. Х-ба об.в чередовании с х-бой на носках и в полу приседе. Бег с изменением темпа (с ускорением и замедлением), остановка по сигналу. ОРУ б/п	«Заколдованное движение». Учить видеть общее в схеме и рисунке, изображающих один и тот же вид физического упражнения; выделить техниче-	Корзина с овощами Рейка Гимнастическая скамейка. Обручи.	Проведения с родителями консультации правилах гигиены.

			сенку.	Заяц любит есть морковку – в/п, Ровным кругом – с/п	ские элементы движений, сравнивать их между собой		
6	«Урожай собирай – витамины запасай!» (овощи и фрукты)	«Собираем урожай»	Учить х-бе по узкой рейке, гимнастической скамейке, неся большую корзину с «овощами». Повторить прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Закрепить лазание по наклонной лесенке (на высоких четвереньках) с переходом на вертикальную лесенку.	Построение в колонну, равнение на ведущего. Х-ба об.в чередовании с х-бой на носках и в полу приседе. Бег с изменением темпа (с ускорением и замедлением), остановка по сигналу. ОРУ б/п . Заяц любит есть морковку – в/п, Ровным кругом – с/п	«Заколдованное движение». Учить видеть общее в схеме и рисунке, изображающих один и тот же вид физического упражнения; выделить технические элементы движений, сравнивать их между собой	Корзина с овощами Рейка Гимнастическая скамейка. Обручи.	Проведения с родителями консультации правилах гигиены.
7	«Правила дорожные очень всем нужны, правила дорожные знать все должны!»	«Соблюдаем правила дорожного движения»	Учить подбрасыванию мяча вверх, вниз и ловля его двумя руками не прижимая к груди. Повторить х-бу по гимнастическому буму, перешагивая кирпичики (руки на пояс). Закрепить прыжки на двух ногах с продвижением вперед, между кеглями змейкой.	Построение в шеренгу, в колонну, равнение на ведущего. Об.х-ба в сочетании с х-бой на пятках, носках, в рассыпную; Об. бег в сочетании с бегом, высоко поднимая колени, захлестывая голень. ОРУ б/п Друга удалось поймать? – в/п, Ровным кругом – с/п	«Заколдованное движение». Учить видеть общее в схеме и рисунке, изображающих один и тот же вид физического упражнения; выделить технические элементы движений, сравнивать их между собой	Мячи, гимнастический бум, кегли	Дать рекомендации родителям «Как приобщить ребёнка к культуре спорта»
8	«Правила дорожные очень всем нужны, правила дорожные»	«Соблюдаем правила дорожного движения»	Учить подбрасыванию мяча вверх, вниз и ловля его двумя руками не прижимая к груди. Повторить х-бу по гимнастическому буму, перешагивая кир-	Построение в шеренгу, в колонну, равнение на ведущего. Об.х-ба в сочетании с х-бой на пятках, носках, в рассыпную; Об. бег в сочета-	«Заколдованное движение». Учить видеть общее в схеме и ри-	Мячи, гимнастический бум, кегли	Дать рекомендации родителям «Как приобщить ребёнка к культуре

	ные знать все должны!»		пичики (руки на пояс). Закрепить прыжки на двух ногах с продвижением вперед, между кеглями змейкой.	нии с бегом, высоко поднимая колени, захлестывая голень. ОРУ б/п Друга удалось поймать? – в/п, Ровным кругом – с/п	сунке, изображающих один и тот же вид физического упражнения; выделить технические элементы движений, сравнивать их между собой		спорта»
9	«Чудеса осени» (осенние изменения в природе)	«Путешествие в осенний лес»	Учить х-бе по веревке, руки в стороны. Повторить бросание мяча о землю поочередно правой и левой рукой (4-браз). Закрепить ползание на четвереньках между предметами, чередуя с бегом.	Построение в две колонны Х-ба в при-седе, в колонне, с поворотами туловища назад. Бег змейкой, широким шагом, преодолевая препятствия (воротики выс = 10-20см). ОРУ с обручем Пустое место – в/п, Дай кролику морковку – м/п	«Как ухаживать за своим телом»закрепить знания детей о значении чистоты кожи для человека, о значении кожи и ее функции в организме человека.	Веревка, мячи, обручи	знакомство родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями (дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема) и способами поведения в них
10	«Чудеса осени» (осенние изменения в природе)	«Путешествие в осенний лес»	Учить х-бе по веревке, руки в стороны. Повторить бросание мяча о землю поочередно правой и левой рукой (4-браз). Закрепить ползание на четвереньках между предметами, чередуя с бегом.	Построение в две колонны Х-ба в при-седе, в колонне, с поворотами туловища назад. Бег змейкой, широким шагом, преодолевая препятствия (воротикивыс = 10-20см). ОРУ с обручем Пустое место – в/п, Дай кролику морковку – м/п	«Как ухаживать за своим телом»закрепить знания детей о значении чистоты кожи для человека, о значении кожи и ее функции в организме человека.	Веревка, мячи, обручи	знакомство родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями (дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема) и способами поведения в них
11	«Дары северной природы»	«Дары северной природы»	Обучать лазанию по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний	Повороты на месте переступанием в разные стороны. Построение в круг. . Х-ба по кругу приставным шагом	«Как ухаживать за своим телом»закрепить	Веревка, мячи, обручи, мешочки	заинтересовать родителей в

			<p>пролет стенки.</p> <p>Закрепить работу с мячом одной рукой в движении по кругу (в колонне).</p> <p>Повторить ходьбу по веревке выложенной змейкой, с мешочком на голове</p>	<p>вправо, влево, на пятках, на носках.</p> <p>Бег со сменой ведущего, выбрасывая прямые ноги вперед, с остановкой по звуковому сигналу ОРУ с обручем</p> <p>Мы веселые ребята – в/п</p>	<p>знания детей о значении чистоты кожи для человека, о значении кожи и ее функции в организме человека.</p>	<p>Гимнастическая стенка</p>	<p>развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения</p>
12	«Дары северной природы»	«Дары северной природы»	<p>Обучать лазанию по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний пролет стенки.</p> <p>Закрепить работу с мячом одной рукой в движении по кругу (в колонне).</p> <p>Повторить ходьбу по веревке выложенной змейкой, с мешочком на голове</p>	<p>Повороты на месте переступанием в разные стороны. Построение в круг. Х-ба по кругу приставным шагом</p> <p>вправо, влево, на пятках, на носках.</p> <p>Бег со сменой ведущего, выбрасывая прямые ноги вперед, с остановкой по звуковому сигналу ОРУ с обручем</p> <p>Мы веселые ребята – в/п</p>	<p>«Как ухаживать за своим телом» закрепить знания детей о значении чистоты кожи для человека, о значении кожи и ее функции в организме человека.</p>	<p>Веревка, мячи, обручи, мешочки</p> <p>Гимнастическая стенка</p>	<p>заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения</p>
13	«Заглянула осень в сад - птицы улетели» (перелетные птицы)	«Заглянула осень в сад - птицы улетели»	<p>Обучать прыжкам через предметы выс. 15-20 см по прямой на двух ногах. Повторить лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет с изменением темпа. Закрепить ходьбу по веревке ,выложенной змейкой с мешочком на голове</p>	<p>Перестроение в два круга, ходьба по кругу на носках, на пятках, выпадами, спиной вперед.</p> <p>Бег змейкой с поворотом кругом по звуку сигнала.</p> <p>ОРУ с флажками.</p> <p>«Удочка»-в/п</p> <p>«Затейники»-м/п</p>	<p>«Физкультура на кубиках».</p> <p>Учить различать разные виды физических упражнений, правильно называть и выполнять их.</p>	<p>Мячи, гимнастическая стенка, веревка, мешочки, флажки</p>	<p>проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обос-</p>

							нованные принципы и нормативы.
14	«Заглянула осень в сад - птицы улети!» (перелетные птицы)	Заглянула осень в сад-птицы улети	Обучать прыжкам через предметы выс. 15-20 см по прямой на двух ногах. Повторить лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет с изменением темпа. Закрепить ходьбу по веревке ,выложенной змейкой с мешочком на голове	Перестроение в два круга, ходьба по кругу на носках, на пятках, выпадами, спиной вперед. Бег змейкой с поворотом кругом по звук.сигналу. ОРУ с флажками. «Удочка»-в/п «Затейники»-м/п	«Физкультура на кубиках». Учить различать разные виды физических упражнений, правильно называть и выполнять их.	Мячи, гимнастическая стенка, веревка, мешочки, флажки	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы.
15	«Моя дорогая Коми земля!»	«Дорогая Коми земля».	Обучать лазанию по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний пролет стенки. Закрепить работу с мячом одной рукой в движении по кругу (в колонне).Повторить ходьбу по веревке выложенной змейкой, с мешочком на голове.	Расчет на первый – второй в шеренге. ОРУ с флажками Иг.с/п -- «Ровным кругом»; «Полоса препятствий» - х-ба по гим-ской скамье, подлезание под воротца; «Чья команда собьет больше кеглей» - прокатывание мячей двумя руками.	«Физкультура на кубиках». Учить различать разные виды физических упражнений, правильно называть и выполнять их.	Мячи, гимнастическая стенка, веревка, мешочки, флажки, мячи	совместно с родителями планировать маршруты выходного дня к историческим, памятным местам отдыха горожан
16	«Моя дорогая Коми земля!»	«Дорогая Коми земля».	Обучать лазанию по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний пролет стенки. Закрепить работу	Расчет на первый – второй в шеренге. ОРУ с флажками Иг.с/п -- «Ровным кругом»; «Полоса препятствий» - х-ба по гим-ской скамье, подлезание под	«Физкультура на кубиках». Учить различать	Мячи, гимнастическая стенка, веревка, ме-	совместно с родителями планировать маршруты

			с мячом одной рукой в движении по кругу (в колонне). Повторить ходьбу по веревке выложенной змейкой, с мешочком на голове.	воротца; «Чья команда собьет больше кеглей» - прокатывание мячей двумя руками.	разные виды физических упражнений, правильно называть и выполнять их.	шочки, флажки, мячи	выходного дня к историческим, памятным местам отдыха горожан
17	«Я и моя семья»	«Моя спортивная семья»	Учить х-бе по гимнастической скамье, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперед. Повторить прыжки через пуфики правым и левым боком, на двух ногах с продвижением вперед. Закрепить лазание по шведской стенке с переходом на соседний пролет и скатыванием по наклонной доске.	Перестроение в две колонны, повороты на месте. Обычная х-ба в сочетании с х-бой на носках по неровной (массажной) дороге, по бревну выпадами. Бег против-ходом, с ускорением, с остановкой по звуковому сигналу. ОРУ с гим-кой палкой. Тропинка – в/п, Горячий мяч – м/п	«Как следить за руками»закрепить знания детей о значении ухода за руками, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Мячи, гимнастические пуфики, гимнастические палки	информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации
18	«Я и моя семья»	«Моя спортивная семья»	Учить х-бе по гимнастической скамье, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперед. Повторить прыжки через пуфики правым и левым боком, на двух ногах с продвижением вперед. Закрепить лазание по шведской стенке с переходом на соседний пролет и скатыванием по наклонной доске.	Перестроение в две колонны, повороты на месте. Обычная х-ба в сочетании с х-бой на носках по неровной (массажной) дороге, по бревну выпадами. Бег против-ходом, с ускорением, с остановкой по звуковому сигналу. ОРУ с гим-кой палкой. Тропинка – в/п, Горячий мяч – м/п	«Как следить за руками»закрепить знания детей о значении ухода за руками, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Мячи, гимнастические пуфики, гимнастические палки	информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации
19	«Что нам стоит дом построить!» (архитектура)	«Физкультура»	Учить перебрасыванию мяча друг другу от груди и снизу. Повторить х-бу по гимнастической скамье, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперед. Закрепить прыжки через предметы (кирпичики, воротики), чередуя прыжок на двух, на одной ноге, продвигаясь	Повороты на месте кругом, перестроение в три колонны. Об. х-ба в соч. с х-бой согнувшись, обхватив руками голень ног, на носках. Бег, высоко поднимая колени, по сигналу бег враспынную, в колонне обычный бег. С гим-кой палкой -Мы веселые ребята – в/п, Колпачок и палочка – м/п	«Как следить за руками»закрепить знания детей о значении ухода за руками, методах ухода. Воспитывать любовь	гим-кие палки, мячи, гимнастическая скамья, спорт. инвентарь	проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений

			вперед.		к чистоте		
20	«Что нам стоит дом построить!» (архитектура)	«Физкульт - ура»	Учить перебрасыванию мяча друг другу от груди и снизу. Повторить х-бу по гимнастической скамье, руки в стороны с приседанием на середине – руки вперед. Закрепить прыжки через предметы (кирпичики, воротики), чередуя прыжок на двух, на одной ноге, продвигаясь вперед.	Повороты на месте кругом, перестроение в три колонны. Об. х-ба в соч. с х-бой согнувшись, обхватив руками голень ног, на носках. Бег, высоко поднимая колени, по сигналу бег враспынную, в колонне обычный бег. С гимнастической палкой -Мы веселые ребята – в/п, Колпачок и палочка – м/п	«Как следить за руками»закрепить знания детей о значении ухода за руками, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	гим-кие палки, мячи, гимнастическая скамья, спорт. инвентарь	проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений
21	«Россия огромная страна»	«Мы будущие чемпионы»	Учить ползанию по гимнастической скамейке (на животе), подтягиваясь на руках. Повторить перебрасывание мяча друг другу из-за головы. Закрепить легкий бег по гимнастическим скамейкам, на конце присесть, руки вперед, соскок на обозначенное место.	Выполнение поворотов на углах, расхождение из колонны по одному в разные стороны. Х-ба в колонне, спиной вперед, согнувшись, обхватив голень, парами. Бег семенящим шагом, высоко поднимая колени, обычный бег чередуя по сигналу с прыжками на одной ноге. ОРУ б/п Передай – садись – м/п, Друга удалось догнать? – в/п	«Подбери упражнение». Учить замечать общее и различное в технике физических упражнений, закрепить их название	Мячи, гимнастические скамейки	формирование умения сотрудничать со взрослыми и сверстниками, адекватно воспринимать окружающие предметы и явления

22	«Россия огромная страна»	«Мы будущие чемпионы»	Учить ползанию по гимнастической скамейке (на животе), подтягиваясь на руках. Повторить перебрасывание мяча друг другу из-за головы. Закрепить легкий бег по гимнастическим скамейкам, на конце присесть, руки вперед, соскок на обозначенное место.	Выполнение поворотов на углах, расхождение из колонны по одному в разные стороны. Х-ба в колонне, спиной вперед, согнувшись, обхватив голень, парами. Бег семенящим шагом, высоко поднимая колени, обычный бег чередуя по сигналу с прыжками на одной ноге. ОРУ б/п Передай – садись – м/п, Друга удалось догнать? – в/п	«Подбери упражнение». Учить замечать общее и различное в технике физических упражнений, закрепить их название	Мячи, гимнастические скамейки	формирование умения сотрудничать со взрослыми и сверстниками, адекватно воспринимать окружающие предметы и явления
23	«Дружба – это хорошо, дружба – это весело!»	«Дружба это хорошо-дружба -это весело»	Повторить ползание по гимнастической скамейке (на животе), подтягиваясь на руках. Закрепить перебрасывание мяча друг другу из-за головы. Закрепить легкий бег по гимнастическим скамейкам, на конце присесть, руки вперед, соскок на обозначенное место.	Построение в колонну. Повороты направо, налево. Х-ба в соч. с х-бой гимн.шагом – мяч вперед, х-ба на носках – мяч за голову. Бег на носках в колонне с мячом под правой рукой, по сигналу мяч переложить под другую руку. ОРУ с мячом. Чье звено быстрее соберется – в/п, Найди и промолчи - м/п.	«Подбери упражнение». Учить замечать общее и различное в технике физических упражнений, закрепить их название	Мячи, гимнастические скамейки	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
24	«Дружба – это хорошо, дружба – это весело!»	«Дружба это хорошо-дружба это весело»	Повторить ползание по гимнастической скамейке (на животе), подтягиваясь на руках. Закрепить перебрасывание мяча друг другу из-за головы. Закрепить легкий бег по гимнастическим скамейкам, на конце присесть, руки вперед, соскок на обозначенное место.	Построение в колонну. Повороты направо, налево. Х-ба в соч. с х-бой гимн.шагом – мяч вперед, х-ба на носках – мяч за голову. Бег на носках в колонне с мячом под правой рукой, по сигналу мяч переложить под другую руку. ОРУ с мячом. Чье звено быстрее соберется – в/п,	«Подбери упражнение». Учить замечать общее и различное в технике физических упражнений, закрепить их назва-	Мячи, гимнастические скамейки	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях

				Найди и промолчи - м/п.	ние		
25	«С днем рождения, любимый город!»	«С праздником, любимый город!»	Учить прыжкам на мягкое покрытие с высоты 20см, на обозначенное место (со скамейки). Закрепить перебрасывание мяча через сетку из-за головы, от груди. Повторить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках.	Расчет на первый, второй, третий; перестроения по расчету. Х-ба в колонне по одному, с поднятием колена, с остановкой по сигналу. Бег с препятствием (через пуфики). ОРУ б/п Передай мяч – с/п Мороз – красный нос – в/п	«Как следить за ногами»закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте.	Гимнастические скамейки, пуфики, маты, мячи	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;
26	«С днем рождения, любимый город!»	«С праздником, любимый город!»	Учить прыжкам на мягкое покрытие с высоты 20см, на обозначенное место (со скамейки). Закрепить перебрасывание мяча через сетку из-за головы, от груди. Повторить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках.	Расчет на первый, второй, третий; перестроения по расчету. Х-ба в колонне по одному, с поднятием колена, с остановкой по сигналу. Бег с препятствием (через пуфики). ОРУ б/п Передай мяч – с/п Мороз – красный нос – в/п	«Как следить за ногами»закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте.	Гимнастические скамейки, пуфики, маты, мячи	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;
27	«Поет зима аукает. Мохнатый лес баюкает»	«Зима поет»	Учить х-бе по гимнастической скамье, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками. Закрепить ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой. Повторить прыжки с гимнастической скамьи	Построение в звенья за ведущим. Об.х-ба с заданиями на руки, х-ба, высоко поднимая колени, х-ба спиной вперед. Медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу. ОРУ б/п Тропинка – в/п, Колпачок и палочка – м/п	«Как следить за ногами»закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь	Гимнастические скамейки, мячи, пуф	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории

			на обозначенное место выс- 30см.		к чистоте		детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы
28	«Поет зима ауклет. Мохнатый лес баюкает»	«Зима поет»	Учить х-бе по гим- кой скамье, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками. Закрепить ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой. Повторить прыжки с гимнастической скамьи на обозначенное место выс- 30см.	Построение в звенья за ведущим. Об.х-ба с заданиями на руки, х-ба, высоко поднимая колени, х-ба спиной вперед. Медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу. ОРУ б/п Тропинка – в/п, Колпачок и палочка – м/п	«Как следить за ногами»закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Гимнастические скамейки, мячи, пуф	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы
29	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	Учить х-бе по гим- кой скамье, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками. Закрепить ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой. Повторить прыжки с гимнастической скамьи на обозначенное место выс- 30см.	Построение в звенья за ведущим. Об.х-ба с заданиями на руки, х-ба, высоко поднимая колени, х-ба спиной вперед. Медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу. ОРУ б/п Тропинка – в/п, Колпачок и палочка – м/п	«Как следить за ногами»закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Гимнастические скамейки, мячи, пуф	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребно-

							сти и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы
30	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	Учить х-бе по гимнастической скамье, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками. Закрепить ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой. Повторить прыжки с гимнастической скамьи на обозначенное место выс- 30см.	Построение в звеня за ведущим. Об.х-ба с заданиями на руки, х-ба, высоко поднимая колени, х-ба спиной вперед. Медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу. ОРУ б/п Х-ба по гимнастической скамье, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками. Прыжки с гимнастической скамьи на обозначенное место выс- 30см. Ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой. Тропинка – в/п, Колпачок и палочка – м/п	«Как следить за ногами»закрепить знания детей о значении ухода за ногами, методах ухода. Воспитывать любовь к чистоте	Гимнастические скамейки, мячи, пуф	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы
31	«Город мастеров» (проекты по подготовке к утренникам)	«Смелые альпинисты»	Учить перелезанию через бревно правым и левым боком. Закрепить прыжки со скамейки и обратно на скамейку (выс 20см.). Повторить х-ба по гимнастической скамье, отбивая мяч то справа, то слева о землю	Перестроение в пары, в колонны. Об.х-ба в чередовании с х-бой на высоких четвереньках, на пятках, на носках. Бег, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, по сигналу бег врассыпную. ОРУ б/п Удочка – в/п, Море волнуется – с	«Кто больше знает движений?» закрепить название видов и способов ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания.	Мячи, гимнастическая скамья	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;

32	«Город мастеров» (проекты по подготовке к утренникам)	«Смелые альпинисты»	Учить перелезанию через бревно правым и левым боком. Закрепить прыжки со скамейки и обратно на скамейку (выс 20см.). Повторить х-ба по гимнастической скамье, отбивая мяч то справа, то слева о землю	Перестроение в пары, в колонны. Об.х-ба в чередовании с х-бой на высоких четвереньках, на пятках, на носках. Бег, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, по сигналу бег врассыпную. ОРУ б/п Уточка – в/п, Море волнуется – с	«Кто больше знает движений?» закрепить название видов и способов ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания.	Мячи, гимнастическая скамья	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;
33	«Зимовье зверей»	«Спортивная эстафета»	Учить метанию «снежков» вдаль правой и левой рукой из-за головы. Закрепить х-бу по гимнастической скамье, перекладывая «снежки» (малые мячи) из рук в руки над головой. Повторить перелезание через бревно правым и левым боком	Перестроение в одну, в три колонны. Имитационная х-ба лыжника, конькобежца; об. х-ба с широким шагом, по сигналу – прыжки на двух ногах Бег, высоко поднимая колени, бег с преодолением «снежных преград» (скамья – перепрыг., подлезание, доска – х-ба на носках ОРУ с мячом Мороз – красный нос – в/п, Горячий снежок –с/п	Скелет – наша опора».познакомить детей со строением скелета и его функцией в человеческом организме, с механизмом работы мышц, их функцией, расширить знания детей о том, как нужно укреплять мышцы и кости, учить детей по иллюстрации узнавать и уметь рассказывать о строении скелета. Воспитывать у детей интерес к собственному телу, осознанное отношение к собственному здоровью.	Малые мячи, гимнастическая скамья, бревно	информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации; при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи – «01», «02»

34	«Зимовье зверей»	«Спортивная эстафета»	Учить метанию «снежков» вдаль правой и левой рукой из-за головы. Закрепить х-бу по гимнастической скамье, перекладывая «снежки» (малые мячи) из рук в руки над головой. Повторить перелезание через бревно правым и левым боком	Перестроение в одну, в три колонны. Имитационная х-ба лыжника, конькобежца; об. х-ба с широким шагом, по сигналу – прыжки на двух ногах Бег, высоко поднимая колени, бег с преодолением «снежных преград» (скамья – перепрыг., подлезание, доска – х-ба на носках ОРУ с мячом Мороз – красный нос – в/п, Горячий снежок –с/п	Скелет – наша опора».познакомить детей со строением скелета и его функцией в человеческом организме, с механизмом работы мышц, их функцией, расширить знания детей о том, как нужно укреплять мышцы и кости, учить детей по иллюстрации узнавать и уметь рассказывать о строении скелета. Воспитывать у детей интерес к собственному телу, осознанное отношение к собственному здоровью.	Малые мячи, гимнастическая скамья, бревно	информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации; при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи – «01», «02»
35	«Народные традиции России»	«Русские богатыри»	Учить прыжкам в длину с места. Закрепить передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Повторить метание правой и левой рукой в горизонтальную цель с расстояния в 3м.	Построение в круг, размыкание на вытянутые руки. Х-ба с длинным шнуром по кругу, в колонне с заданием на руки. Бег змейкой, по сигналу присесть ОРУ с мячом Ноги от земли – в/п, Фигура – м/п	Игра «Передай мяч». развивать умение применять известные движения в конкретной обстановке.	Гимнастическое бревно, мешочки для метания, мячи	В условиях семьи необходимо стремиться соблюдать тот же четкий распорядок дня и занятий детей, что и в детском саду.
36	«Народные традиции»	«Русские богатыри»	Учить прыжкам в длину с места. Закрепить передвижение вперед с	Построение в круг, размыкание на вытянутые руки. Х-ба с длинным шну-	Игра «Передай	Гимнастическое бревно,	В условиях семьи необ-

	России»	гатыри»	помощью рук и ног, сидя на бревне. Повторить метание правой и левой рукой в горизонтальную цель с расстояния в 3м.	ром по кругу, в колонне с заданием на руки. Бег змейкой, по сигналу присесть ОРУ с мячом Ноги от земли – в/п, Фигура – м/п	мяч». развивать умение применять известные движения в конкретной обстановке.	мешочки для метания, мячи	ходимо стремиться соблюдать тот же четкий распорядок дня и занятий детей, что и в детском саду.
37	«Братья наши меньшие – птицы»	«В гостях у воробья»	Учить ползанию по пластунски до обозначенного места. Закрепить х-бу по гимнастической доске с закрытыми глазами. Метание малого мяча в вертикальную цель с расстояния 3м в мишень на высоте 2м. Повторить прыжки в длину с места, перепрыгивая ров, выложенный из гим-их скакалок.	Перестроение в пары Х-ба приставным шагом с приседанием. Бег со сменой направления движения по зв. сигналу. ОРУ с обручем Ловишка с лентами – в/п, Передай – садись – с/п	Игра «Передай мяч». развивать умение применять известные движения в конкретной обстановке.	Обручи, скакалки, гимнастическая доска	Родители обязаны ежедневно находить время для занятий физическими упражнениями со своими детьми и тщательно следить за их здоровьем, обращая внимание на внешний вид, настроение и самочувствие ребёнка.
38	«Братья наши меньшие – птицы»	«В гостях у воробья»	Учить ползанию по пластунски до обозначенного места. Закрепить х-бу по гимнастической доске с закрытыми глазами. Метание малого мяча в вертикальную цель с расстояния 3м в мишень на высоте 2м. Повторить прыжки в длину с места, перепрыгивая ров,	Перестроение в пары Х-ба приставным шагом с приседанием. Бег со сменой направления движения по зв. сигналу. ОРУ с обручем Ловишка с лентами – в/п, Передай – садись – с/п	Игра «Передай мяч». развивать умение применять известные движения в конкретной обстановке.	Обручи, скакалки, гимнастическая доска	Родители обязаны ежедневно находить время для занятий физическими упражнениями со своими

			выложенный из гим-их скакалок.				детьми и тщательно следить за их здоровьем, обращая внимание на внешний вид, настроение и самочувствие ребёнка.
39	«Все работы хороши-выбирай на вкус»	«Путешествие в страну профессий»	Учить прыжкам через короткую скакалку. Закрепить ползание по пластунски до обозначенного места в сочетании с перебежками. Повторить легкий бег по гимнастической скамье с закрытыми глазами.	Перестроение в одну, в три колонны. Об.х-ба в колонне, в шеренге, по зв. сигналу остановка с хлопком. Бег приставным шагом вправо, влево, с изменением темпа, со сменой направляющего ОРУ с веревочкой Невод – в/п, Затейники – м/п,	«Осанка – стройная спина».познакомить детей с понятием «осанка» и ее значением в жизни человека, с нарушениями осанки, расширить знания детей о правилах поддержания правильной осанки, учить детей по иллюстрации узнавать и уметь рассказывать о строении скелета, о правильной и неправильной осанке, воспитывать у детей интерес к собственному телу, осознанное отношение к собственному здоровью	веревочки, короткие скакалки, гимнастическая скамья	Консультировать родителей о том, что «Прогулки это важно»

40	«Все работы хороши-выбирай на вкус»	«Путешествие в страну профессий»	Учить прыжкам через короткую скакалку. Закрепить ползание по пластунски до обозначенного места в сочетании с перебежками. Повторить легкий бег по гимнастической скамье с закрытыми глазами.	Перестроение в одну, в три колонны. Об.х-ба в колонне, в шеренге, по зв. сигналу остановка с хлопком. Бег приставным шагом вправо, влево, с изменением темпа, со сменой направляющего ОРУ с веревочкой Невод – в/п, Затейники – м/п,	«Осанка – стройная спина».познакомить детей с понятием «осанка» и ее значением в жизни человека, с нарушениями осанки, расширить знания детей о правилах поддержания правильной осанки, учить детей по иллюстрации узнавать и уметь рассказывать о строении скелета, о правильной и неправильной осанке, воспитывать у детей интерес к собственному телу, осознанное отношение к собственному здоровью.	веревочки, короткие скакалки, гимнастическая скамья	Консультировать родителей о том, что «Прогулки это важно»
41	«Животные жарких стран»	«Путешествие в Африку»	Учить перебрасыванию мяча друг другу через сетку, стоя лицом друг к другу. Закрепить х-бу по гимнастической скамье, высоко поднимая колени, руки в стороны, перешагивая большие набивные мячи. Повторить прыжки через короткую скакалку. Ползание по пластунски «змейкой» между предметами (большие	Построение в шеренгу, перестроение в круг. . Х-ба «змейкой», выпадами, спиной вперед. Бег «змейкой, по сигналу остановиться и присесть. ОРУ с веревочкой Охотники и звери – в/п	«Осанка – стройная спина».познакомить детей с понятием «осанка» и ее значением в жизни человека, с нарушениями осанки, расширить знания детей о правилах	Веревочки, мячи, гимнастическая скамья,кегли,скакалки	Памятка для родителей Профилактика нарушений осанки.

			кегли).		поддержания правильной осанки, учить детей по иллюстрации узнавать и уметь рассказывать о строении скелета, о правильной и неправильной осанке, воспитывать у детей интерес к собственному телу, осознанное отношение к собственному здоровью.		
42	«Животные жарких стран»	«Путешествие в Африку»	Учить перебрасыванию мяча друг другу через сетку, стоя лицом друг к другу. Закрепить х-бу по гимнастической скамье, высоко поднимая колени, руки в стороны, перешагивая большие набивные мячи. Повторить прыжки через короткую скакалку. Ползание по пластунски «змейкой» между предметами (большие кегли).	Построение в шеренгу, перестроение в круг. . Х-ба «змейкой», выпадами, спиной вперед. Бег «змейкой, по сигналу остановиться и присесть. ОРУ с веревочкой Охотники и звери – в/п	«Осанка – стройная спина».познакомить детей с понятием «осанка» и ее значением в жизни человека, с нарушениями осанки, расширить знания детей о правилах поддержания правильной осанки, учить детей по иллюстрации узнавать и уметь рассказывать о строении скелета, о правильной и неправильной осанке, воспитыв-	Веревочки, мячи, гимнастическая скамья,кегли,скакалки	Памятка для родителей Профилактика нарушений осанки.

					вать у детей интерес к собственному телу, осознанное отношение к собственному здоровью.		
43	«Папа может всё, что угодно!» (мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества)	«Хочу быть как папа»	Учить х-бе по пенькам. Закрепить прыжки через короткую скакалку. Повторить перебрасывание мяча друг другу через сетку, стоя лицом друг к другу.	Равнение в колонне, в шеренге, построения в звенья. Х-ба на четыре счета, чередуя х-бу на носках, на пятках. Бег с изменением темпа по музыкальном у сигналу, бег с захлестыванием голени. ОРУ б/п Охотники и звери – в/п, Фигура- м/п	Игра «Туристы». развивать умение адекватно использовать движения для достижения поставленной цели.	Пеньки, скакалки, мячи	Памятка для родителей Как облегчить процесс сидения? Что значит правильная посадка?
44	«Папа может всё, что угодно!» (мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества)	«Хочу быть как папа»	Учить х-бе по пенькам. Закрепить прыжки через короткую скакалку. Повторить перебрасывание мяча друг другу через сетку, стоя лицом друг к другу.	Равнение в колонне, в шеренге, построения в звенья. Х-ба на четыре счета, чередуя х-бу на носках, на пятках. Бег с изменением темпа по музыкальном у сигналу, бег с захлестыванием голени. ОРУ б/п Охотники и звери – в/п, Фигура- м/п	Игра «Туристы». развивать умение адекватно использовать движения для достижения поставленной цели.	Пеньки, скакалки, мячи	Памятка для родителей Как облегчить процесс сидения? Что значит правильная посадка?
45	«Неделя доброй сказки» (сказки народов мира)	«В гостях у сказки»	Учить вести мяч ногами в заданном направлении; бегу по буму с мячами (сколько сумел взять из корзины) Повторить х-бу по гимнастической скамье, отбивая мяч то справа, то слева о землю; Ползание на четвереньках до флажка, прока-	Построение в круг, размыкание на вытянутые руки. Х-ба в колонне по одному, с поднятием колена, с остановкой по сигналу. Бег, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, по сигналу бег в рассыпную. ОРУ с мячом. Эст «Юный футболист»	Игра «Туристы». развивать умение адекватно использовать движения для достижения поставленной цели.	Мячи, бум, гимнастическая скамья, флажки	информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье

			тывая перед собой мяч головой.	- ведение мяча ногой в заданном направлении; Эст. «Не потеряй груз» - бег по буму с мячами (сколько сумел взять из корзины)	ли.		вье ребенка
46	«Неделя доброй сказки» (сказки народов мира)	«В гостях у сказки »	Учить вести мяч ногой в заданном направлении; бегу по буму с мячами (сколько сумел взять из корзины) Повторить х-бу по гимнастической скамье, отбивая мяч то справа, то слева о землю; Ползание на четвереньках до флажка, прокатывая перед собой мяч головой.	Построение в круг, размыкание на вытянутые руки. Х-ба в колонне по одному, с поднятием колена, с остановкой по сигналу. Бег, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, по сигналу бег враспыну. ОРУ с мячом. Эст «Юный футболист» - ведение мяча ногой в заданном направлении; Эст. «Не потеряй груз» - бег по буму с мячами (сколько сумел взять из корзины)	Игра «Туристы». развивать умение адекватно использовать движения для достижения поставленной цели.	Мячи, бум, гимнастическая скамья, флажки	информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка
47	«Мамочка, родная, я люблю тебя!» «Широкая Масленица!»	«Мамочка родная, я люблю тебя» «Широкая Масленица!»	Учить прыжкам вверх с трех-четырех шагов, стараясь коснуться надувного шара («клоун») . Закрепить х-бу по гимнастической скамье правым и левым боком, перешагивая набивные мячи. Повторить перебрасывание мяча из разных исходных положений, стоя лицом друг к другу через сетку	Построение в один круг, в два («На арене цирка»). Об.х-ба в сочетании с имитационной х-бой гимнастов, силачей (руки в стороны, к плечам, вверх). Бег «змейкой», ускоряя и замедляя шаг, бег поднимая колени, бег через воротики выс = 15-20см. ОРУ на гимнастической скамье. Мыльные пузыри – в/п	Игра «Что лишнее?» дифференцирование видов и способов движений.	Набивные мячи, шар, мячи, гимнастические скамьи	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
48	«Мамочка, родная, я люблю тебя!»	«Мамочка родная, я люблю тебя»	Учить прыжкам вверх с трех-четырех шагов, стараясь коснуться надувного шара («клоун») . Закрепить х-бу по гимнастической скамье правым и левым боком, перешагивая набивные мячи. Повторить перебрасывание мяча из разных исходных положений,	Построение в один круг, в два («На арене цирка»). Об.х-ба в сочетании с имитационной х-бой гимнастов, силачей (руки в стороны, к плечам, вверх). Бег «змейкой», ускоряя и замедляя шаг, бег поднимая колени, бег через воротики выс = 15-20см. ОРУ на гимнастической скамье. Мыльные пузыри	Игра «Что лишнее?» дифференцирование видов и способов движений.	Набивные мячи, шар, мячи, гимнастические скамьи	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других меро-

	«Широкая Масленица!»	«Широкая Масленица!»	стоя лицом друг к другу через сетку	– в/п			приятных
49	«Мы поедem, мы помчимся»	«Гонщики»	Учить перебрасыванию малого мяча из правой руки в левую на месте. Лазанию по веревочной лестнице свободным способом. Закрепить х-бу по гимнастической скамье через набивные мячи с хлопками над головой(боком). Повторить перешагивание набивных мячей; в конце с 3-4-х шагов выпрыгнуть вверх и коснуться рукой игрушки.	Перестроение в колонну, в круг. Об. Х-ба в сочетании с х-бой перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке «Петушиный шаг». Бег на носках, пронося прямые ноги через стороны, по муз.сигналу чередовать с х-бой с притопами. ОРУ на гимнастической скамье Пингвины – в/п	Игра «Что лишнее?» дифференцирование видов и способов движений	Малые мячи, веревочная лестница, гимнастические скамьи, набивные мячи	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения
50	«Мы поедem, мы помчимся»	«Гонщики»	Учить перебрасыванию малого мяча из правой руки в левую на месте. Лазанию по веревочной лестнице свободным способом. Закрепить х-бу по гимнастической скамье через набивные мячи с хлопками над головой(боком). Повторить перешагивание набивных мячей; в конце с 3-4-х шагов выпрыгнуть вверх и коснуться рукой игрушки.	Перестроение в колонну, в круг. Об. Х-ба в сочетании с х-бой перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке «Петушиный шаг». Бег на носках, пронося прямые ноги через стороны, по муз.сигналу чередовать с х-бой с притопами. ОРУ на гимнастической скамье Пингвины – в/п	Игра «Что лишнее?» дифференцирование видов и способов движений	Малые мячи, веревочная лестница, гимнастические скамьи, набивные мячи	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения
51	«Весеннее пробуждение» (весенние изменения в природе)	«Весеннее пробуждение»	Учить прыжкам на 2-х ногах по гимнастической скамье. Повторить перебрасывание малого мяча из одной руки в другую в движении до ориентира. Лазание по веревочной лестнице свободным способом.	Перестроение в три колонны. Х-ба на четыре счета на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, меняя положение рук. Бег по кругу, изменяя направление, спиной вперед. ОРУ б/п. Непоседа – воробей – в/п	Игра «Теремок». найти правильный способ движения в зависимости от условий.	Гимнастическая скамья, малые мячи, веревочная лестница	Предложить родителям Способствовать переводу умений двигательной деятельности в навыки,

							развивать качество навыков и качество движений.
52	«Весеннее пробуждение» (весенние изменения в природе)	«Весеннее пробуждение»	Учить прыжкам на 2-х ногах по гимнастической скамье . Повторить перебрасывание малого мяча из одной руки в другую в движении до ориентира. Лазание по веревочной лестнице свободным способом.	Перестроение в три колонны. Х-ба на четыре счета на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, меняя положение рук. Бег по кругу, изменяя направление, спиной вперед. ОРУ б/п. Непоседа – воробей – в/п	Игра «Теремок». найти правильный способ движения в зависимости от условий.	Гимнастическая скамья, малые мячи, веревочная лестница	Предложить родителям Способствовать переводу умений двигательной деятельности в навыки, развивать качество навыков и качество движений.
53	«Театр» (театральная неделя)	«В театре»	Учить ведению мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал. Повторить ползание по гимнастической скамейке на животе с чередующим хватом рук (правая, левая). Продолжать учить преодолевать полосу препятствие прыгать легко, беззвучно.	Построение в круг, расчет на 1-й, 2-й; перестр. в колонну по два. Х-ба в колонне по два по сигналу – х-ба шеренгой с одной стороны зала на другую. Об. Бег в колонне, захлестывая голень назад, выбрасывая прямые ноги вперед. ОРУ в парах.	Игра «Теремок». найти правильный способ движения в зависимости от условий.	Мячи, гимнастическая скамья, воротики	Рекомендации Профилактики гриппа и простудных заболеваний
54	«Театр» (театральная неделя)	«В театре»	Учить ведению мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал. Повторить ползание по гимнастической скамейке на жи-	Построение в круг, расчет на 1-й, 2-й; перестр. в колонну по два. Х-ба в колонне по два по сигналу – х-ба шеренгой с одной стороны зала на другую.	Игра «Теремок». найти правильный способ дви-	Мячи, гимнастическая скамья, воротики	Рекомендации Профилактики гриппа и простудных

			воте с чередующим хватом рук (правая, левая). Продолжать учить преодолевать полосу препятствие прыгать легко, беззвучно.	Об. Бег в колонне, захлестывая голень назад, выбрасывая прямые ноги вперед. ОРУ в парах.	жения в зависимости от условий.	тики	заболеваний
55	«К нам весенний ветерок залетел в окошко» (весенние краски)	«Весенний ветерок»	Учить прыжкам на 2-х ногах по гимнастической скамье. Повторить перебрасывание малого мяча из одной руки в другую в движении до ориентира. Лазание по веревочной лестнице свободным способом.	Перестроение в три колонны. Х-ба на четыре счета на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, меняя положение рук. Бег по кругу, изменяя направление, спиной вперед. ОРУ б/п. Непоседа – воробей – в/п Фигура –м/п	Игра «Угадай, что задумали». закрепление знаний о видах ходьбы и их применение в жизни.	Гимнастическая скамья, малые мячи, веревочная лестница	сопровождать и поддерживать семью в реализации воспитательных воздействий
56	«К нам весенний ветерок залетел в окошко» (весенние краски)	«Весенний ветерок»	Учить прыжкам на 2-х ногах по гимнастической скамье. Повторить перебрасывание малого мяча из одной руки в другую в движении до ориентира. Лазание по веревочной лестнице свободным способом.	Перестроение в три колонны. Х-ба на четыре счета на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, меняя положение рук. Бег по кругу, изменяя направление, спиной вперед. ОРУ б/п. Непоседа – воробей – в/п Фигура –м/п	Игра «Угадай, что задумали». закрепление знаний о видах ходьбы и их применение в жизни.	Гимнастическая скамья, малые мячи, веревочная лестница	сопровождать и поддерживать семью в реализации воспитательных воздействий
57	«Наша маленькая планета» (День Земли + День космонавтики)	«Мы космонавты»	Учить прыжки в длину с разбега на гимнастический мат. Закрепить лазание по веревочной лестнице. Повторить прыжки на 2-х ногах по гимнастической скамье	Перестроение в 2 – 3 колонны на месте и в движении. Пружинистый шаг с носка, руки прижаты к туловищу. Медленный бег в течении одной минуты: широкой змейкой с остановкой на сигналу. ОРУ с малым мячом. Ноги от земли – в/п	Игра «Угадай, что задумали». закрепление знаний о видах ходьбы и их применение в жизни.	Гимнастический мат, веревочная лестница, гимнастическая скамья, малые мячи	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
58	«Наша ма-	«Мы космо-	Учить прыжки в длину с разбега на	Перестроение в 2 – 3 колонны на месте	Игра «Угадай, что	Гимнастиче-	привлечение

	ленькая планета» (День Земли + День космонавтики))	навты»	гим-кий мат. Закрепить лазание по веревочной лестнице. Повторить прыжки на 2-х ногах по гимнастической скамье	и в движении. Пружинистый шаг с носка, руки прижаты к туловищу. Медленный бег в течении одной минуты: широкой змейкой с остановкой на сигналю. ОРУ с малым мячом Ноги от земли –в/п	задумали». закрепление знаний о видах ходьбы и их применение в жизни.	ский мат, веревочная лестница, гимнастическая скамья, малые мячи	родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
59	«В одном счастливом детстве» (день рождения детского сада)	«Детство»	Учить лазанию по канату свободным способом. Закрепить прыжки по гимнастическому буму на правой, левой ноге через кирпичики, сохраняя равновесие. Прыжки в длину с разбега на гим-кий мат. Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой.	Перестроение в 2 – 3 колонны на месте и в движении. Пружинистый шаг с носка, руки прижаты к туловищу. Медленный бег в течении одной минуты: широкой змейкой с остановкой на сигналю. ОРУ с малым мячом Одуванчик – в/п	Игра «Узнай движение по следу». закрепление знаний о видах ходьбы, бега, прыжков.	Канат, гимнастический бум, гимнастический мат, малые мячи	знакомство родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями (дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема) и способами поведения в них;
60	«В одном счастливом детстве» (день рождения детского сада)	«Детство»	Учить лазанию по канату свободным способом. Закрепить прыжки по гимнастическому буму на правой, левой ноге через кирпичики, сохраняя равновесие. Прыжки в длину с разбега на гим-кий мат. Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой.	Перестроение в 2 – 3 колонны на месте и в движении. Пружинистый шаг с носка, руки прижаты к туловищу. Медленный бег в течении одной минуты: широкой змейкой с остановкой на сигналю. ОРУ с малым мячом Одуванчик – в/п	Игра «Узнай движение по следу». закрепление знаний о видах ходьбы, бега, прыжков.	Канат, гимнастический бум, гимнастический мат, малые мячи	знакомство родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями (дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема) и способами поведения в них;
61	«Книжка неделя»	«В гостях у Умки»	Закрепить прыжки по гимнастическому буму на правой, левой ноге через кирпичики, сохраняя равновесие. Прыжки в длину с разбега на	Х-ба в колонне через середину, распределение в разные стороны по одному. . Х-ба с задержкой на носке «петушиный шаг» Бег подскоком по кру-	Игра «Узнай движение по следу». закрепление зна-	гимнастический бум, гимнастический	проводить совместные с родителями конкурсы, ак-

			гим-кий мат. Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой.	гу в колонне, приставным шагом правым, левым боком, руки на пояс. ОРУ с малым Одуванчик – в/	ний о видах ходьбы, бега, прыжков.	мат,малые мячи	ции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы
62	«Книжечка неделька»	«В гостях у Умки»	Закрепить прыжки по гимнастическому буму на правой, левой ноге через кирпичики, сохраняя равновесие. Прыжки в длину с разбега на гимнастический мат. Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой.	Х-ба в колонне через середину, распределение в разные стороны по одному. Х-ба с задержкой на носке «петушиный шаг» Бег подскоком по кругу в колонне, приставным шагом правым, левым боком, руки на пояс. ОРУ с малым Одуванчик – в/	Игра «Узнай движение по следу». закрепление знаний о видах ходьбы, бега, прыжков.	гимнастический бум, гимнастический мат,малые мячи	проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы
63	«Мои друзья - насекомые» <i>Проектная деятельность</i>	«Мои друзья - насекомые»	Закрепить х-бу по гимнастической скамье с мячом в руках, на носках, на середине поворот вокруг себя. Прыжки на двух ногах с зажатым мячом между ног, продвигаясь вперед. Ведение мяча разными способами между предметами	Расчет на первый второй и перестроение из одной шеренги в две. Х-ба с мячом в руках со сменой положения рук и ног на 8 счетов. Бег с мячом в руках с преодолением препятствий (воротики, плоские цветы). ОРУ с мячом. Охотники и зайцы – в/п. У кого	Игра «Найди свой домик». закрепление знаний о видах построений (круг, шеренга, в пары,	Гимнастическая скамья, мячи	информировать родителей о концертах профессиональных и самодеятельных коллек-

	<i>ность детей</i>		Ползание по пластунски до ориентира, прокатывая перед собой мяч.	мяч? - м/п	полукруг), совершенствование умения быстро ориентироваться в изменившейся обстановке.		тивов, проходящих в учреждениях дополнительного образования и культуры.
64	«Мои друзья - насекомые» <i>Проектная деятельность детей</i>	«Мои друзья - насекомые»	Закрепить х-бу по гим-кой скамье с мячом в руках, на нос-ках, на середине поворот вокруг себя. Прыжки на двух ногах с зажатым мячом между ног, продвигаясь вперед. Ведение мяча разными способами между предметами Ползание по пластунски до ориентира, прокатывая перед собой мяч.	Расчет на первый второй и перестроение из одной шеренги в две. Х-ба с мячом в руках со сменой положения рук и ног на 8 счетов. Бег с мячом в руках с преодолением препятствий (воротики, плоские цветы). ОРУ с мячом. Охотники и зайцы – в/п. У кого мяч? - м/п	Игра «Найди свой домик». закрепление знаний о видах построений (круг, шеренга, в пары, полукруг), совершенствование умения быстро ориентироваться в изменившейся обстановке.	Гимнастическая скамья, мячи	информировать родителей о концертах профессиональных и самодеятельных коллективов, проходящих в учреждениях дополнительного образования и культуры.
65	«Спасибо Деду за Победу!»	«Буду как дед»	Учить прыжкам через длинную скакалку. Закрепить перебрасывание набивных мячей снизу, стоя лицом друг к другу. Повторить х-бу по гимнастической скамье, с мешочком на голове, руки в стороны. Лазание по канату свободным способом	Построение в три колонны парами. Об.х-ба парами в колонне, по сигналу – перестроение в одну колонну. Бег на носках, с захлестыванием голени, спиной вперед, по сигналу – остановка ОРУ с флажками Мы веселые ребята – в/п	Игра «Найди свой домик». закрепление знаний о видах построений (круг, шеренга, в пары, полукруг), совершенствование умения быстро ориентироваться в изменившейся обстановке.	Длинная скакалка, набивные мячи, гимнастическая скамья, канат, флажки	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях

66	«Спасибо Деду за Победу!»	«Буду как дед»	Учить прыжкам через длинную скакалку. Закрепить перебрасывание набивных мячей снизу, стоя лицом друг к другу. Повторить х-бу по гимнастической скамье, с мешочком на голове, руки в стороны. Лазание по канату свободным способом	Построение в три колонны парами. Об.х-ба парами в колонне, по сигналу – перестроение в одну колонну. Бег на носках, с захлестыванием голени, спиной вперед, по сигналу – остановка ОРУ с флажками Мы веселые ребята – в/п	Игра «Найди свой домик». закрепление знаний о видах построений (круг, шеренга, в пары, полукруг), совершенствование умения быстро ориентироваться в изменившейся обстановке.	Длинная скакалка, набивные мячи, гимнастическая скамья, канат, флажки	привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях
67	«День музеев» <i>Проектная деятельность детей</i>	«День в музее»	Закрепить х-бу по гимнастической скамье с мешочком на голове, поворачиваясь правым и левым боком. Прокатывание набивных мячей ногами из и.п., сидя на полу лицом друг к другу на расст= 3м. Лазание по канату свободным способом. Повторить Прыжки через длинную скакалку	Размыкание из одной колонны в три колонны приставными шагами в разные стороны. . Х-ба о. в сочетании с х-бой широким шагом, на низких четвереньках, спиной вперед. Бег семенящим шагом по сигналу принять и.п. по показу. ОРУ с флажками Охотники и зайцы – в/п	Игра «Отгадай загадку». дифференцирование движений, характерных для разных видов спорта.	Длинная скакалка, набивные мячи, гимнастическая скамья, канат, флажки	информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации; при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи – «01», «02»,
68	«День музеев» <i>Проектная деятельность детей</i>	«День в музее»	Закрепить х-бу по гимнастической скамье с мешочком на голове, поворачиваясь правым и левым боком. Прокатывание набивных мячей ногами из и.п., сидя на полу лицом друг к другу на расст= 3м. Лазание по канату свободным способом. Повторить Прыжки через	Размыкание из одной колонны в три колонны приставными шагами в разные стороны. . Х-ба о. в сочетании с х-бой широким шагом, на низких четвереньках, спиной вперед. Бег семенящим шагом по сигналу принять и.п. по показу. ОРУ с флажками Охотники и	Игра «Отгадай загадку». дифференцирование движений, характерных для разных видов спорта.	Длинная скакалка, набивные мячи, гимнастическая скамья, канат, флажки	информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации;

			длинную скакалку	зайцы – в/п			при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи – «01», «02»,
69	«Перелетные птицы, труд людей весной»	«Перелет птиц»	Закрепить умение быстро действовать по сигналу, воспитывать правильную осанку. Развивать ловкость, быстроту, равновесие, выносливость, силу, гибкость. Воспитывать интерес к физкультурным занятиям	Перестроение парами в два круга. Х-ба с перекатом с пятки на носок. Бег с преодоление препятствий (скамейка, воротики, пуфики). ОРУ б/п. Игры со скакалкой: «Кто быстрее добежит со скакалкой до флажка»; «Кто дальше»; «Удочка»; «Невод»	Игра «Отгадай загадку». дифференцирование движений, характерных для разных видов спорта.	Скамейка, пуфики, воротики, скакалка	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;
70	«Перелетные птицы, труд людей весной»	«Перелет птиц»	Закрепить умение быстро действовать по сигналу, воспитывать правильную осанку. Развивать ловкость, быстроту, равновесие, выносливость, силу, гибкость. Воспитывать интерес к физкультурным занятиям	Перестроение парами в два круга. Х-ба с перекатом с пятки на носок. Бег с преодоление препятствий (скамейка, воротики, пуфики). ОРУ б/п. Игры со скакалкой: «Кто быстрее добежит со скакалкой до флажка»; «Кто дальше»; «Удочка»; «Невод»	Игра «Отгадай загадку». дифференцирование движений, характерных для разных видов спорта.	Скамейка, пуфики, воротики, скакалка	заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;

71	«Зеленый огонек здоровья» (ЗОЖ, безопасность ДД)	«Зелёный огонёк здоровья»	Закрепить х-бу по гим-кой скамье, высоко поднимая колени, руки в стороны, в чередовании с прыжком на двух ногах через модули выс – 20см, 2 модуля. Ведение мяча в прямом направлении до ориентира правой рукой, после ориентира – левой; расст – 6м. Прыжки на двух ногах «Кенгуру». Бросок мал.мяча о стенку от плеча, ловля двумя руками от отскока.	Расчет на первый, второй, третий, четвертый и размыкание по расчету приставным шагом в правую и левую стороны. Х-ба с перекатом с пятки на носок, х-ба с выпадами, спиной вперед на низких четвереньках. Легкий бег на носках двумя кругами на встречу друг другу. ОРУ б/п.	Игра «Два бассейна». упражнение в ориентировке в пространстве.	Гимнастическая скамейка, модули, мячи, малые мячи	информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка
72	«Зеленый огонек здоровья» (ЗОЖ, безопасность ДД)	«Зелёный огонёк здоровья»	Закрепить х-бу по гим-кой скамье, высоко поднимая колени, руки в стороны, в чередовании с прыжком на двух ногах через модули выс – 20см, 2 модуля. Ведение мяча в прямом направлении до ориентира правой рукой, после ориентира – левой; расст – 6м. Прыжки на двух ногах «Кенгуру». Бросок мал.мяча о стенку от плеча, ловля двумя руками от отскока.	Расчет на первый, второй, третий, четвертый и размыкание по расчету приставным шагом в правую и левую стороны. Х-ба с перекатом с пятки на носок, х-ба с выпадами, спиной вперед на низких четвереньках. Легкий бег на носках двумя кругами на встречу друг другу. ОРУ б/п.	Игра «Два бассейна». упражнение в ориентировке в пространстве.	Гимнастическая скамейка, модули, мячи, малые мячи	информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка

Подготовительная группа. 3 занятие.

№	Тема календаря жизни	Тема НОД	Задачи	Краткое содержание НОД	Совместная деятельность	Изменения в РППС	Взаимодействие с семьей
1	«Здравствуй, детский сад!»	«Мой детский сад»	- учить сохранять правильную осанку при ходьбе и беге; - упражнять в подбрасывании и ловле мяча двумя руками несколько раз подряд; - учить сохранять равновесие при ходьбе по огра-	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Гроза» П/и «Назови овощ»	Мячи, обруч	Подбрасывании и ловле мяча

			ниченной поверхности;				
2	«Золотая осень» (краски осени)	«Золотая осень»	- упражнять в прыжках через скакалку; - учить сохранять равновесие ⁴	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Сорока» П/и «Назови фрукт»	Скакалки	Прыжки через скакалку
3	«Урожай собирай – витамины запасай!» (овощи и фрукты)	«Урожай собери»	- учить быстрому разбегу в прыжках в длину; - упражнять в перебрасывании мячей снизу и от груди двумя руками;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Горелки» П/и «Назови цветок»	Мячи	Подбрасывании и ловле мяча
4	«Правила дорожные очень всем нужны, правила дорожные знать все должны!»	«Мы быстрые и смелые»	- учить лазать по гимнастической стенке чередуя шагом, перелезая с пролета на пролет; - упражнять в прыжках через скакалку [№]	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Перемени предмет» П/и «Назови дерево»	Скакалки, мяч, кубики	Отбиванию мяча
5	«Чудеса осени» (осенние изменения в природе)	Путешествие в осенний лес	- учить попаданию ногой в место отталкивания при прыжках в длину с разбега; - упражнять в перебрасывании мячей снизу и от груди двумя руками;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Белые медведи» П/и «Угадай, кто позвал»	Мячи	Прыжки в длину
6	«Дары северной природы»	«Дары северной природы»	- учить отбивать мяч об землю несколько раз подряд, подбрасывать и ловить мяч после хлопка; - упражнять в ходьбе и беге;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Снежная королева» П/и «Съедобное - несъедобное»	Мячи	Отбивать мяч
7	«Заглянула осень в сад - птицы улетели»	«Перелетные птицы»	- учить прыжкам с разбега, отталкиваясь одной ногой;	Вводная часть	П/и «Ловишки»	Кегли	Метанию

	тели» (перелетные птицы)		гой и приземляясь на две ноги; - упражнять в метании правой и левой рукой способом «от плеча»; - развивать глазомер;	Основная часть Заключительная часть	П/и «Летает – не летает»		мяча
8	«Моя дорогая Коми земля!»	«Спортсмены Коми»	- упражнять в пролезании между рейками гимнастической стенки без задержки, в попадании ногой в место отталкивания при прыжках в длину с разбега	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Ловля обезьян» П/и «Кто ушел?»		Прыжки в длину
9	«Я и моя семья»	«Моя спортивная семья»	- учить прыгать через скакалку на двух ногах с продвижением вперед; - упражнять в сохранении равновесия;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Снежинки и ветер» П/и «Назови детеныша»	скакалки	Прыжки через скакалку
10	«Что нам стоит дом построить!» (архитектура)	Путешествие в «спортландию»	- учить сохранять равновесие при прыжках на одной ноге, продвигаясь вперед; - упражнять в прыжках с разбега; - учить попадать ногой в место отталкивания;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Удочка» П/и «Летает – не летает»		Прыжки на одной ноге
11	«Россия огромная страна»	«Мой дом»	- учить метанию правой и левой рукой способом «стоя на коленях»; - упражнять а прыжках на одной ноге с продвижением вперед;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Волк во рву» П/и «Чей голос?»	мяч	Метание мяча
12	«Дружба – это хорошо, дружба – это весело!»	«Дружба это хорошо»	- учить передавать мяч над головой, стоя на колоннах; - упражнять в метании мяча правой и левой рукой	Вводная часть Основная часть	П/и «Не попадись» П/и «Съедобное	мячи	Отбиванию мяча

			способом «стоя на коленях»;	Заключительная часть	- несъедобное»		
13	«С днем рождения, любимый город!»	«Путешествие по родному городу»	- упражнять в прыжках в высоту на двух ногах через веревку; - в замахе и метании на дальность способом «снизу»;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Два Мороза» П/и «Кто ушел?»	Длинный шнур или резинка, мяч.	Прыжки на двух ногах.
14	«Поет зима - ауклет, Мохнатый лес баюкает» (звери и птицы зимой)	«Путешествие по зимнему лесу»	- учить перепрыгивать через препятствие; - упражнять лазание по гимнастической стенке, без пропуска реек	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Перелет птиц» П/и «Угадай, кто позвал»	2 бруска	Прыжки через препятствие.
15	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	- учить пролезать через пролеты гимнастической стенки, не задевая за край; - упражнять в прыжках с разбега, отталкиваясь одной ногой, приземляться на обе ноги;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Мышеловка» П/и «Съедобное - несъедобное»		Метание мяча
16	Город мастеров (проекты по подготовке к утренникам)	«Город мастеров»	- учить прыжками в высоту с разбега со сгибанием ног во время прыжка; - упражнять в перебрасывании мяча одной способом «от плеча»	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Совушка» П/и «Летает – не летает»	Веревка, мяч	Прыжки в длину
17	«Зимовье зверей» Проектная деятельность детей «Книжка»	«Зимовье зверей» «В гостях у Умки»	- учить сохранять равновесие при прыжках на одной ноге и при ходьбе по ограниченной поверхности;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Перебежки с шишками» П/и «Кто ушел?»	Кегли	Прыжки на двух ногах перед.

	неделька»			часть			
18	«Народные традиции России»	«Богатырские игры»	- учить проводить эстафеты; - бегать вперед спиной; - формировать командные качества, выносливость;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Ловишки» П/и «Назови детеныша»	Кегли, мячи.	Отбиванию мяча
19	«Братья наши меньшие-птицы»	«Зимние игры»	- учить детей лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская реек; - упражнять в бросании мяча из-за головы	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Мороз Красный Нос» П/и «Кто ушел?»	Мячи	Бросании мяча из-за головы
20	«Все работы хороши-выбирай на вкус»	«Я спортсмен»	- учить прыжкам в длину с разбега, стараясь попасть в место отталкивания; - упражнять в перебрасывании мяча друг другу способом «снизу»; - формировать выносливость;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Отмерялки» П/и «Угадай, кто позвал»	Мячи	Бросать мяч способом «снизу»;
21	«Животные жарких стран» (старший возраст)	«Путешествие в Африку»	- учить пролезать через пролеты гимнастической стенки, не задевая за край; - упражнять в прыжках в длину с разбега;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «У кого мяч?» П/и «Съедобное - несъедобное»	Мячи	Прыжки в длину
22	«Папа может всё, что угодно!» (мероприятия, посвященные Дню защитника Отече-	«Хочу быть как папа»	- учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной поверхности; - упражнять в пролезании через пролеты гимнастической стенки, не задевая за край;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Не урони палку» П/и «Летает – не летает»	Гимнастическая палка	Отбиванию мяча

	ства)						
23	«Неделя доброй сказки» (сказки народов мира)	«В гостях у сказки»	- учить бросать мяч способом «от плеча» в парах и ловит его, не теряя; - упражнять в лазании по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет; - формировать выносливость;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Птицы и дождик» П/и «Назови детенышей»		Бросание мяча способом «от плеча»
24	«Мамочка, родная, я люблю тебя!» «Широкая Масленица»	«Мамина гордость»	- упражнять в прыжках в высоту с разбега со сгибанием ног в прыжках, в лазании по гимнастической стенке, чередующимся шагом, не пропуская реек	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Рыбки в пруду» П/и «Угадай по движениям, какое это животное»	Веревка	Прыжки в длину
25	«Мы поедem, мы помчимся» (транспорт, безопасность)	«Автогонщики»	- упражнять в прыжках на двух ногах и метании; - развивать глазомер;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Резвые лягушата» П/и «Чей голос?»	Мяч	Метание мяча
26	«Весеннее пробуждение» (весенние изменения в природе)	«Весеннее пробуждение»	- учить прыгать через короткую скакалку, вращая ее вперед; - упражнять в прыжках попеременно на правой и левой ноге, с продвижением вперед; - формировать выносливость	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Солнце и дождик» П/и «Съедобное – несъедобное»	Скакалки	Прыжки через скакалку
27	«Театр» (театральная неделя)	«Мы актеры»	- учить сохранить равновесие при прыжках на одной ноге и при ходьбе по ограниченной поверхности	Вводная часть Основная часть Заключительная	П/и «Перебежки с шишками» П/и «Кто ушел?»	Мяч	Прыжки в длину с места.

				часть			
28	«К нам весенний ветерок залетел в окошко» (весенние краски)	«Весенний ветерок»	- учить прыжкам через скакалку на двух ногах на месте; - упражнять в метание правой и левой рукой способом «из-за головы»	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Щука в реке» П/и «Летает – не летает»	Мяч	Метание мяча левой и правой рукой способом «из-за головы»
29	«Наша маленькая планета» (День Земли + День космонавтики)	«Полет в космос»	- учить прыжкам через скакалку с ноги на ногу, с продвижением вперед; - упражнять в лазании по гимнастической стенке до верхней рейки, спуску вниз, без пропуска реек; - формировать выносливость;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Дни недели» П/и «Кто ушел»	Скакалки	Прыжки через скакалку с ноги не ногу.
30	«В одном счастливом детстве» (день рождения детского сада)	«Счастливое детство»	- учить метанию способом «снизу» правой и левой рукой; - развивать глазомер; - упражнять в прыжках с разбега, мягко приземляясь на обе ноги;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Зайцы и Жучки» П/и «Назови детеныша»	Мяч	Метание мяча.
31	«Книжечка неделька»	«В гостях у Умки»	- учить подбрасывать мяч одной рукой и ловить его двумя руками; - упражнять в лазании по гимнастической стене с переходом с пролета на пролет, не пропуская реек;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Стой - беги» П/и «Угадай по движениям, какое это животное»	Мячи	Подбрасывать мяч одной рукой и ловить его двумя руками.
32	«Мои друзья - насекомые»	«Мои друзья - насекомые»	- учить детей лезть по гимнастической стенке переносным шагом; - упражнять в прыжках в длину с разбега с призем-	Вводная часть Основная часть Заключительная	П/и «Сквозь стену»		Прыжки в длину.

			лением на две ноги;	часть			
33	«Спасибо Деду за Победу!»	«Буду, как дед»»	- упражнять в метании правой и левой рукой, в подбрасывании и ловле мяча;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Догони свою пару» П/и «Назови фрукт»	Мячи	Метание мяча.
34	«День музеев» <i>Проектная деятельность детей</i>	«День в музее»	- учить прыгать в высоту с разбега; - упражнять в прыжках через вращающуюся скакалку друг за другом;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Ловишки с лентами» П/и «Назови дерево»	Скакалки, ленточки.	Прыжки в длину.
35	«Перелетные птицы, труд людей весной»	«Перелет птиц»	- учить прыжкам через скакалку, вращающуюся вперед и назад; - упражнять в прыжках в длину с разбега, приземляясь мягко на обе ноги;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Защити товарища» П/и «Назови цветок»	Скакалки, мячи.	Прыжкам через скакалку
36	«Зеленый огонек здоровья» (ЗОЖ, безопасность ДД)	«Зеленый огонек здоровья»	- упражнять в прыжках в длину с разбега с приземлением на две ноги; - учить подбрасывать мяч одной рукой и ловить его двумя руками;	Вводная часть Основная часть Заключительная часть	П/и «Стой - беги» П/и «Сквозь стену»	Мячи	

2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации РП с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Возраст ребенка	Совместная деятельность взрослого и детей		Самостоятельная деятельность по выбору и интересам
	Непосредственно образовательная деятельность	Режимные моменты	
Обязательная часть РП			
Формы организации детей в режимных моментах	Групповая, подгрупповая, индивидуальная		
Младшая группа (от 3 до 4 лет)	Добавляется такая форма как: - физкультурный праздник, - физкультурный досуг; - проблемная ситуация; - экскурсия; - проектная деятельность; - совместная деятельность взрослого и детей тематического характера.	-проблемные ситуации; - беседы; - показ; - дидактические игры; - театрализованные игры; - показ навыков самообслуживания; - объяснение.	-самообслуживание; - подвижные игры; - игровые упражнения.
Средняя группа (от 4 до 5 лет)	Добавляется такая форма как: - проблемная ситуация; - продуктивная деятельность; - физкультурные образовательные ситуации (сюжетные, игровые, тематические, комплексные) в зале, на улице (показ, объяснение, сравнение)	Добавляется такая форма как: - проблемная ситуация; - продуктивная деятельность; - физкультурные образовательные ситуации (сюжетные, игровые, тематические, комплексные) в зале, на улице (показ, объяснение, сравнение)	-самостоятельные физические упражнения во время прогулки; - утренняя гимнастика; - игры (сюжетно – ролевые, дидактические, театрализованные);-игровые ситуации в центре двигательной активности
Старшая группа (от 5 до 6 лет)	Добавляется такая форма как: - творческое задание; - спортивный досуг; - туристическая прогулка.	-элементы спортивных игр; - игры-эстафеты; - коллективное обобщающее занятие	-продуктивная деятельность; - спортивные игры.
Подготовительная группа (от 6 до 8 лет)	Добавляется такая форма как:		

	- спортивные упражнения		
--	-------------------------	--	--

2.3. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников и социумом

Физическое воспитание и развитие ребенка в семье зависят от условий, в которых находится ребенок, от образа жизни семьи, ее традиций, отношения к физической культуре. Организация работы с родителями по физическому развитию детей в семье, совместные праздники и досуги, привлечение родителей к активному участию в жизни группы, ДОУ способствует повышению профессионального уровня педагогической культуры родителей, их заинтересованности в укреплении здоровья и физическом воспитании детей, способствует поднятию престижа семьи, созданию и сохранению семейных традиций. Способствует выработке и принятию единых требований, предъявляемых к ребёнку в ДОО и дома, общего подхода к физическому воспитанию детей.

Основные формы работы с родителями:

- Совместные мероприятия детей и родителей: праздники, развлечения и дни открытых дверей
- Наглядная информация
- Родительские собрания, круглые столы
- Консультации. Рекомендации. Анкетирование.

2.4. Организация педагогической диагностики

Цель – установить особенности развития у детей физических качеств и умений.

Методы диагностических исследований: наблюдение за детьми в самостоятельной двигательной деятельности, использование контрольных упражнений, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

Уровни достижений ребёнка:

Оптимальный

- Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен;
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое;
- Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх;
- Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

Допустимый

- Ребенок уверенно, с небольшой помощью воспитателя выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения, соблюдает нужное направление, основную форму и последовательность действий; действует в соответствии с указаниями в общем ритме и темпе; с желанием включается и осваивает новые разнообразные движения; соблюдает правила в подвижных играх.

Недостаточный

- Ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден;

- Неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая(в ходьбе, беге, лазании);
- Затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений;
- Не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями.

2.5. Особенности организации образовательного процесса части, формируемой участниками образовательных отношений

Часть, формируемая участниками образовательных отношений
Коррекционная часть ООП
Часто болеющие дети
<ul style="list-style-type: none"> - Повышается сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям. - Проявляют интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего, результата, потребность в двигательной активности. - Преобладает средняя и устойчивая работоспособность. - У детей хороший сон, аппетит, не имеют трудностей в общении со сверстниками и в освоении ООП
Дети с инвалидностью
<ul style="list-style-type: none"> - При поддержке воспитателя демонстрирует хорошо координированные движения. - Может организовать самостоятельную двигательную деятельность и подвижную игру со сверстниками. - Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности. - Способен усваивать разучиваемые движения при мотивации и организующей помощи взрослого

III. Организационный раздел

3.1. Материально-техническое оснащение

Опись имущества спортивного зала

<i>№п/п.</i>	<i>Наименование имущества</i>	<i>Количество</i>
1.	<i>Пианино</i>	1 шт.
2.	<i>Гимнастические лестницы</i>	6 шт.
3.	<i>Подвесной спортивный комплекс (лестница, 2каната, 4кольца, 2перекладины)</i>	1 шт.
4.	<i>Сетка защитная на окнах</i>	3 шт.
5.	<i>Кольца баскетбольные настенные</i>	3 шт.

Перечень оборудования спортивного зала

Тип оборудования	Наименование	Размер, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия	<i>Гимнастическая скамейка</i>	Длина – 250 см Ширина – 23 см Высота – 20 см	2 шт.
	<i>Гимнастическая скамейка</i>	Длина – 200 см Ширина – 23 см Высота – 20 см	4 шт.
	<i>Доска гладкая навесная</i>	Длина – 200 см Ширина – 20 см	2 шт.
	<i>Лестница навесная</i>	Длина – 250 см Ширина – 20см	1 шт.
	<i>Дорожки (канат, следы)</i>	Длина – 250 см Диаметр – 2 см	6 шт.
	<i>Дорожка- змейка (канат)</i>	Длина- 200 см Диаметр- 2 см	1 шт.
	<i>Коврик массажный</i>	Длина –150 см Ширина – 40см	3 шт.
	<i>Корректирующая дорожка</i>	Длина –200 см Ширина – 50см	1 шт.
	<i>Бревно гимнастическое</i>	Длина-200 см Ширина-15 см	1 шт.
	<i>Тренажеры детские(2велотренажера, 2беговые дорожки, штанга, шагомер, гребля)</i>		7 шт.
Для прыжков	<i>Батут детский</i>	Диаметр – 100 см	2 шт.
	<i>Перекладина навесная</i>	Длина-60см	2 шт.
	<i>Косички</i>	Длина – 60 см	19 шт.
	<i>Скакалки</i>	Длина – 200 см	25 шт.
	<i>«Гантели»</i>	Вес-200гр.	30 шт.
	<i>Маты гимнастические</i>	Длина – 200 см Ширина-150см Высота – 10 см	2 шт.
	<i>Стойки</i>	Высота –120см	4 шт.
	<i>Маты гимнастические</i>	Длина – 200 см Ширина – 50см Высота – 10 см	1 шт.
	<i>Маты гимнастические</i>	Длина – 200 см Ширина 100см Высота – 10 см	3 шт.
	<i>Гимнастич.мяч(фитбол)</i>	Диаметр-55см	12шт.
	<i>Гимнастич.мяч(фитбол)</i>	Диаметр-44см	8 шт.

	<i>Гимнастич.мяч(фитбол)</i>	Диаметр-60см	2 шт.
Для катания, бросания, ловли, метания.	<i>Кегли</i>		30шт.
	<i>Кольцеброс</i>		4ком.
	<i>Мешочек с грузом малый</i>	Масса – 150 гр.	25шт.
	<i>Мешочек с грузом большой</i>	Масса – 200 гр.	20шт.
	<i>Мяч утяжеленный (набивной)</i>	Масса – 1000гр.	4 шт.
	<i>Мячи большие</i>	Диаметр-25см	35шт.
	<i>Мячи средние и малые</i>	Диаметр15см.,10см	24шт. 24шт.
	<i>Мяч для волейбола</i>		1 шт.
	<i>Мяч для футбола</i>		1 шт.
	<i>Мяч для баскетбола</i>		1 шт.
	<i>Мишень для метания навесная</i>		1 шт.
	<i>Мишень для метания «цветок»</i>		1 шт.
	<i>Корзины</i>		6 шт.
	<i>Кольцо баскетбольное подвесное</i>		1 шт.
	<i>Сетка волейбольная</i>	Длина 5 м	1шт.
	<i>«Городки»</i>	Комплекты	2шт.
Для отбивания	<i>Ворота футбольные, хоккейные</i>		3шт.
	<i>Комплект (боксерская груша, боксерские перчатки)</i>		1шт. 2пары
	<i>Клюшки, шайбы</i>		10шт.
Для ползания и лазания	<i>Стенка гимнастическая деревянная</i>	Высота – 280 см Ширина пролета – 73 см.	8 шт.
	<i>Тоннели</i>	Высота – 50 см	4 шт.
	<i>Дуга средняя</i>	Высота – 50 см	6 шт.
	<i>Дуга малая</i>	Высота – 45 см	2 шт.
	<i>Дуга высокая</i>	Высота – 60 см.	3шт.
	<i>Дидактическое пособие «Паучек - здоровячок»</i>		1шт.
	<i>Коврики туристические</i>	Длина90см Ширина-50см	24шт.
Для общеразвивающих упражнений	<i>Флажки</i>		24 шт.
	<i>Кубики</i>	Ребро – 4 см	20 шт.
	<i>Ленточки</i>	Длина – 50 см	16 шт.
	<i>Обручи большие</i>	Диаметр-70 см	20 шт.
	<i>Гимнастические палки пластмассовые</i>	Длина – 55 см	40 шт.
	<i>Гимнастические палки деревянные</i>	Длина – 55 см	18 шт.
	<i>Гири пластмассовые</i>		15 шт.
	<i>Массажные мячи</i>	Диаметр – 15 см	15 шт.
	<i>Массажные мячи</i>	Диаметр – 5 см	20 шт.
	<i>Обручи малые</i>	Диаметр – 54 см	40 шт.

	<i>Степ подставки</i>	Выс.-15 см, шир.-25см, дл.-40 см	11 шт.
	<i>Конусы-ориентиры</i>		12шт.
«Полоса препятствий» из мягких модулей	<i>Модуль «Туннель»</i>	60×50×7	6 шт.
	<i>Модуль «Трапеция»</i>	60×60×30	1 шт.
	<i>Мостик полуовал с вырезом</i>	60×30×30	1 шт.
Для подвижные игр, эстафеты	<i>Колпачки</i>		2 шт.
	<i>Ленточки</i>		20 шт.
	<i>Султанчики</i>		20 шт.
	<i>Лыжи</i>	Высота-110см	25шт.
	<i>Самокат</i>		1шт.

Перечень оборудования спортивной площадки

Тип оборудования	Наименование	Размер, масса	Кол-во
Лазание и перелезание	Гимнастические лестницы	6м х3м	6шт.
Равновесие	Гимнастическое бревно	2,5м	2шт.
Метание	Баскетбольный щит	1м х1м	4шт.
Метание	Стойка для крепления волейбольной сетки	2м	1шт.
Прыжки	Прыжковая яма с песком	2м х4м	1шт.

3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения

№	Автор	Название	Выходные данные
	Бабаева Т. И. Гогоберидзе А. Г. Михайлова З. А. и др	Детство. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования	СПб: ООО «Издательство «Детство-Пресс» 2015 г. 528 с
	Гридлиня	Образовательная область «Физическая культура»	СПб: «Детство-Пресс»; 2012 г.
	Анисимова М. С. Хабарова Т. В	Двигательная деятельность детей младшего и среднего возраста	СПб: «Детство-Пресс»; 2012 г.
	Давыдова Н. А. и др.	Комплексно-тематическое планирование по программе «Детство». Вторая младшая группа	Волгоград: Учитель 2012 г. 279 с.
	Деркунская В. А.	Образовательная область «Здоровье». Как работать по программе «Детство»	М.: Сфера 2012 г.
	Сучкова И. М. Мартынова Е. А. Давыдова Н. А	Физическое развитие детей 2-7 лет. Развёрнутое планирование по программе «Детство»	Волгоград: Учитель 2012 г.
	Громова С. П	Здоровый дошкольник. Практическое пособие для воспитателей	Калининград МАУ Методический центр 2012 г.
	Вербенец А. М.	Планирование и организация образова-	СПб: Детство-Пресс

Солнцева О. В. Сомкова О. Н.	тельного процесса ДУ по примерной образовательной программе «Детство»	2013 г.
Карпухина П. А.	Программная разработка образовательных областей «Познание», «Социализация», «Физкультура» во 2 младшей группе	Воронеж: Метода 2013 г.
Алябьева Е. А.	Тематические дни и недели в детском саду	М.: Сфера 2013 г.
Гладышева П. П.	Рабочая программа воспитателя. 2 младшая группа	Волгоград: Учитель. 2014 г.
Ефанова З. А. Елоева А. В.	Планирование комплексных занятий по программе «Детство»	Волгоград: Учитель. 2014 г.

3.3. Режим дня

Реализация рабочей программы по образовательной области «Физическое развитие» происходит в соответствии с режимом дня на холодный и теплый период, который представлен в календарном графике.

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Детский сад работает по тематической событийной модели образовательного процесса в соответствии с календарем жизни. События, праздники и культурно досуговая деятельность в детском саду рассчитаны на детей в возрасте от 1,6 до 8 лет. Примерный календарь праздников, тематика которых ориентирована на все направления развития ребенка дошкольного возраста, посвящена различным сторонам общественной жизни. Количество основных праздников представлено в календарном учебном графике, а также самостоятельно определяется педагогами, реализующими ООП, в зависимости от возраста и контингента детей. Во второй половине дня планируются тематические вечера досуга, организация культурных практик, свободные игры и самостоятельная деятельность детей по интересам, театрализованная деятельность, слушание любимых музыкальных произведений.

3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Для обеспечения всестороннего развития ребенка необходимо единство развивающей предметно - пространственной среды и содержательного общения, взрослых с детьми. В условиях нашего детского сада создается возможность самостоятельного выбора деятельности и условий ее реализации каждому ребенку. Детский сад оснащен оборудованием для детской деятельности в помещении и на участке. В группах имеется игровой материал для познавательного развития детей раннего и дошкольного возраста, музыкального развития, для продуктивной и творческой деятельности, для сюжетно-ролевых игр; игрушки и оборудование для игр во время прогулок; оборудование для физического, речевого, интеллектуального развития; игры. Созданы условия для совместной и индивидуальной активности детей. Развивающая среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства детского сада.

Спортивный зал	
Процесс	Участник
Стимуляция двигательной активности. Привитие интереса к спорту	Ребенок – активный участник; инструктор по физической культуре – организатор, координатор; воспитатель – организатор, координатор; родитель – соучастник, зритель

МБДОУ "Детский сад № 103" г. Воркуты