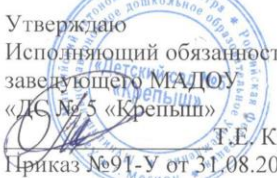


Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад» № 5 «Крепыш»

Принято  
на заседании  
педагогического совета  
МАДОУ «ДС № 5 «Крепыш»  
Протокол № 1 от 31.08.2023

Утверждаю  
Исполняющий обязанности  
заведующего МАДОУ  
«ДС № 5 «Крепыш»  
Т.Е. Куклина  
Приказ №91-У от 31.08.2023



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**инструктора по физической культуре**  
**по реализации ОО «Физическое развитие»**  
**детей 3-7 лет**  
**на 2023-2024 учебный год**

**Срок реализации:** 2023-2024 уч/год (1 год)

**Разработал:**

Инструктор по физической культуре

**Оканова Ирина Ивановна**

**Мегион, 2023**

<b>1.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>3</b>
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи рабочей программы	6
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	7
1.4.	Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста 3-7 лет	9
1.5.	Планируемые результаты реализации образовательной области «Физическое развитие»	24
1.6.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	27
<b>2.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>34</b>
2.1.1.	Задачи физического развития детей 3-4 лет	34
2.1.2.	Задачи физического развития детей 4-5 лет	34
2.1.3.	Задачи физического развития детей 5-6 лет	35
2.1.4.	Задачи физического развития детей 6-7 лет	36
2.2.	Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников	37
2.2.1.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-4 лет	37
2.2.2.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет	40
2.2.3.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет	45
2.2.4.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет	50
2.3.	Основные требования по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»	57
2.4.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы	59
2.4.1.	Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию	60
2.4.2.	Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОУ	60
2.4.3.	Средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников	61
2.4.4.	Методы реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников	62
2.5.	Взаимодействие педагогов	64
2.6.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	72
2.7.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	73
2.8.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках образовательной области «Физическое развитие»	73
<b>3.</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>81</b>
3.1.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	81
3.2.	Материально-техническое обеспечение рабочей программы по реализации образовательной области «Физическое развитие»	82
	Приложения к рабочей программе по реализации образовательной области «Физическое развитие»	85

## Содержание

### I. Целевой раздел

#### 1.1. Пояснительная записка

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в федеральных государственных образовательных стандартах, где огромное внимание уделяется вопросам здоровья и сохранения.

Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления волнует не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Рабочая программа инструктора по физкультуре определяет содержание образовательной деятельности ДОО в рамках образовательной области «Физическое развитие» и обеспечивает физическое развитие воспитанников ДОО в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Рабочая программа составлена на основании Федеральной образовательной программы дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения РФ №1028 от 25 ноября 2022 года).

**Основу рабочей программы составляют следующие нормативно-правовые документы:**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155, с изменениями №31 от 21 января 2019 года.
3. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.
4. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
5. Пункт 5 Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных духовно-нравственных ценностей. Указ Президента РФ №809 от 9 ноября 2022 года.
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрирован 31.08.2020 № 59599);
7. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 01 декабря 2022 г. № 1048 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным

общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 31 июля 2020 г. № 373»;

8. Основная образовательная программа дошкольного образования;

9. Устав МАДОУ.

В рабочей программе сформулированы цели, задачи, содержание образовательной деятельности по физическому развитию, предусмотренные для освоения детьми 3-7 лет, а также результаты, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

Рабочая программа описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ ЗОЖ, освоению здоровьесберегающих умений.

Рабочая программа включает перечень основных движений, ОРУ, музыкально-ритмических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация рабочей программы инструктора по физической культуре предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных развлечений, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурно-массовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, и т.д.).

Вариативная часть рабочей программы направлена на обогащение двигательного опыта дошкольников, связанного с использованием нестандартного физкультурного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

## **1.2. Цель и задачи рабочей программы**

**Цель:** создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

**Цель рабочей программы достигается через решение задач, обозначенных в Федеральной образовательной программе:**

1. Обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
2. Построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
3. Создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
4. Обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
5. Достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;

6. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

7. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей.

### **1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы по ФГОС:**

Рабочая программа инструктора по физической культуре по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП и ФГОС ДО построена на следующих принципах:

#### ***Принцип учёта ведущей деятельности:***

- реализуется в соответствии с ФОП и в контексте всех перечисленных в ФГОС ДО видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода – от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно - манипулятивной) и игровой деятельности;

#### ***Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей:***

- учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;

#### ***Принцип амплификации детского развития***

- рассматривается как направленный процесс обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей со взрослыми и сверстниками, соответствующий возрастным задачам дошкольного возраста;

### ***Принцип единства обучения и воспитания***

- как интеграция двух сторон процесса образования, направленная на развитие личности ребенка и обусловленная общим подходом к отбору содержания и организации воспитания и обучения через обогащение содержания и форм детской деятельности;

### ***Принцип преемственности образовательной работы***

- реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. РП в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьей;

### ***Принцип сотрудничества с семьей:***

- реализация РП в соответствии с ФОП предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка;

### ***Принцип здоровьесбережения:***

- при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию.



## **Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста 3-7 лет**

### **Особенности физического и психического развития:**

#### **Росто-весовые характеристики**

Средний вес мальчиков составляет 14,9 кг, девочек – 14,8 кг. Средняя длина тела у мальчиков до 95,7 см, у девочек – 97,3 см.

#### **Функциональное созревание**

Продолжаются рост и функциональное развитие внутренних органов, костной, мышечной и центральной нервной системы. Совершенствуются формы двигательной активности.

Развитие моторики. Дифференциация развития моторики у мальчиков и девочек. У мальчиков опережающее развитие крупной моторики (к трем годам мальчики могут осваивать езду на велосипеде); у девочек опережающее развитие мелкой моторики (координированные действия с мелкими предметами).

**Психические функции.** Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно - деловое общение ребенка со взрослым; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление. Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Развиваются действия соотносящие и орудийные.

Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка. В ходе совместной со взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации. Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.

**Интенсивно развивается активная речь детей.** К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре со взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1000-1500 слов. К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками.

К третьему году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из двух-трех предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь. Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления становится наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.

Размышляя об отсутствующих людях или предметах, дети начинают использовать их образы. Третий год жизни знаменуется появлением

символического мышления - способности по запечатленным психологическим образам-символам предметов воспроизводить их в тот или иной момент. Теперь они могут проделывать некоторые операции не с реальными предметами, а с их образами, и эти мысленные операции - свидетельство значительно более сложной, чем прежде, работы детского мышления. Переход от конкретно-чувственного «мышления» к образному может осуществляться на протяжении двух лет.

Детские виды деятельности. В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Игра носит процессуальный характер, главное в ней - действия. Они совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни появляются действия с предметами-заместителями.

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» - окружности и отходящих от нее линий.

**Коммуникация и социализация.** На третьем году жизни отмечается рост автономии и изменение отношений со взрослым, дети становятся самостоятельнее. Начинает формироваться критичность к собственным действиям.

**Саморегуляция.** Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи.

**Личность.** У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Завершается ранний возраст

кризисом трех лет, который часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

## **Возрастные характеристики развития детей младшего дошкольного возраста 3-4 лет**

### **Росто-весовые характеристики**

Средний вес у мальчиков к четырем годам достигает 17 кг, у девочек – 16 кг. Средний рост у мальчиков к четырем годам достигает 102 см, а у девочек - 100,6 см.

### **Функциональное созревание**

В данном возрасте уровень развития скелета и мышечной системы определяет возможность формирования осанки, свода стопы, базовых двигательных стереотипов.

Продолжается формирование физиологических систем организма: дыхания, кровообращения терморегуляции, обеспечения обмена веществ. Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата проекционной и ассоциативной коры больших полушарий.

**Психические функции.** В три-четыре года память ребенка носит произвольный, непосредственный характер. Наряду с произвольной памятью, начинает формироваться и произвольная память. Ребенок запоминает эмоционально значимую информацию. На основе накопления представлений о предметах окружающего мира у ребенка интенсивно развивается образное мышление, воображение. Продолжается формирование речи, накопление словаря, развитие связной речи.

В три-четыре года внимание ребенка носит произвольный, непосредственный характер. Отмечается двусторонняя связь восприятия и внимания - внимание регулируется восприятием (увидел яркое – обратил внимание). В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования предэталонов- индивидуальных единиц восприятия -переходят к сенсорным эталонам - культурно выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до пяти и более форм предметов и до семи и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса и во всех знакомых ему помещениях образовательной организации.

**Детские виды деятельности.** Система значимых отношений ребенка с социальной средой определяется возможностями познавательной сферы, наличием образного мышления, наличием самосознания и начальными формами произвольного поведения (действие по инструкции, действие по образцу). Социальная ситуация развития характеризуется выраженным интересом ребенка к системе социальных отношений между людьми (мама-дочка, врач-пациент), ребенок хочет подражать взрослому, быть «как взрослый». Противоречие между стремлением быть «как взрослый» и невозможностью непосредственного воплощения данного стремления приводит к формированию игровой деятельности, где ребенок в доступной для него форме отображает систему человеческих взаимоотношений, осваивает и применяет нормы и правила общения и взаимодействия человека в разных сферах жизни. Игра детей в три-четыре года отличается однообразием сюжетов, где центральным содержанием игровой деятельности является действие с игрушкой, игра протекает либо в индивидуальной форме, либо в паре, нарушение логики игры ребенком не опротестовывается.

В данный период начинают формироваться продуктивные виды деятельности, формируются первичные навыки рисования, лепки, конструирования. Графические образы пока бедны, у одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети начинают активно использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Дети способны под руководством взрослого вылепить простые предметы.

Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

**Коммуникация и социализация.** В общении со взрослыми, наряду с ситуативно-деловой формой общения, начинает интенсивно формироваться внеситуативно-познавательная форма общения, формируются основы познавательного общения. Со сверстниками интенсивно формируется ситуативно-деловая форма общения, что определяется становлением игровой деятельности и необходимостью согласовывать действия с другим ребенком в ходе игрового взаимодействия. Положительно-индифферентное отношение к сверстнику, преобладающее в раннем возрасте, сменяется конкурентным типом отношения к сверстнику, где другой ребенок выступает в качестве средства самопознания.

**Саморегуляция.** В три года у ребенка преобладает ситуативное поведение, произвольное поведение, в основном, регулируется взрослым. При этом, ребенок может действовать по инструкции, состоящей из 2-3 указаний. Слово играет в большей степени побудительную функцию, по сравнению с функцией торможения. Эмоции выполняют регулирующую роль, накапливается эмоциональный опыт, позволяющий предвосхищать действия ребенка.

**Личность и самооценка.** У ребенка начинает формироваться периферия самосознания, дифференцированная самооценка. Ребенок, при осознании собственных умений, опирается на оценку взрослого, к четырем

годам ребенок начинает сравнивать свои достижения с достижениями сверстников, что может повышать конфликтность между детьми. Данный возраст связан с дебютом личности.

### **Возрастные характеристики развития детей среднего дошкольного возраста 4-5 лет**

Средний вес девочек изменяется от 16 кг в четыре года до 18,4 кг в пять лет, у мальчиков – от 17 кг в четыре года до 19,7 кг в пять лет. Средняя длина тела у девочек изменяется от 100 см в четыре года до 109 см в пять лет, у мальчиков – от 102 см в четыре года до 110 см в пять лет.

#### **Функциональное созревание**

Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата ассоциативной коры больших полушарий. Возрастают специализации корковых зон и межполушарных связей. Правое полушарие является ведущим.

Продолжается развитие скелета, мышц, изменяются пропорции тела. Слабо, но проявляются различия в строении тела мальчиков и девочек.

**Психические функции.** Ведущим психическим процессом в данном возрасте является память. В четыре-пять лет интенсивно формируется произвольная память, но эффективность произвольного запоминания выше, чем произвольного. Начинает формироваться опосредованная память, но непосредственное запоминание преобладает. Возрастает объем памяти, дети запоминают до 7-8 названий предметов.

К концу пятого года жизни восприятие становится более развитым. Интеллектуализация процессов восприятия – разложение предметов и образов на сенсорные эталоны. Восприятие опосредуется системой сенсорных эталонов и способами обследования. Наряду с действиями идентификации и приравнивания к образцу, интенсивно формируются перцептивные действия наглядного моделирования (в основном, через продуктивные виды деятельности). Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку - величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве. Основной характеристикой мышления детей четырех-пяти лет является эгоцентризм. Наряду с интенсивным развитием образного мышления и расширением кругозора, начинает формироваться наглядно-схематическое мышление. Интенсивно формируется воображение. Формируются такие его особенности, как беглость, гибкость. С четырех лет внимание становится произвольным, увеличивается устойчивость произвольного внимания. На пятом году жизни улучшается произношение звуков и дикция, расширяется словарь, связная и диалогическая речь. Речь становится предметом активности детей. Для детей данного возраста характерно словотворчество. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы. Развивается грамматическая сторона речи. В период четырех-пяти лет формируются основы познавательной активности и любознательности.

**Детские виды деятельности.** На пятом году жизни ребенок осваивает сложную систему норм и правил, принятых в социуме. Формируется развернутая сюжетно-ролевая игра, где центральным содержанием выступает моделирование системы человеческих отношений в ходе выполнения игровой роли. В данном возрасте в игре дети различают игровые и реальные отношения, характерна ролевая речь. Конфликты чаще возникают в ходе распределения ролей, роли могут меняться в ходе игры. Игра носит процессуальный, творческий характер. Детям доступны игры с правилами,



дидактические игры. Развивается изобразительная деятельность. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности, замысел смещается с конца на начало рисования. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т. д.

Усложняется конструирование. Формируются навыки конструирования по образцу, доступно конструирование по схеме, по условию и по замыслу, а также планирование последовательности действий.

Продуктивные виды деятельности способствуют развитию мелкой моторики рук.

**Коммуникация и социализация.** В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативные формы общения, в частности - внеситуативно-познавательная форма общения, возраст «почемучек» приходится именно на четыре-пять лет. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Со сверстниками продолжает формироваться ситуативно-деловая форма общения, что определяется развитием развернутой сюжетно-ролевой игры и совместными видами деятельности со сверстниками. При этом, характер межличностных отношений отличает ярко выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, ребенок болезненно реагирует на похвалу другого ребенка со стороны взрослых, конфликтность со сверстниками также характерна для данного возраста. В группе формируется стабильная структура взаимоотношений между детьми, определяющая социометрический статус каждого ребенка.

**Саморегуляция.** В период от четырех до пяти лет существенно возрастает роль регулятивных механизмов поведения. Потребность в самовыражении (стремление быть компетентным в доступных видах

деятельности) определяет развитие произвольности. В игре ребенок может управлять собственным поведением, опираясь на систему правил, заложенных в данной роли. Ребенку доступно осознание основных правил поведения в ходе общения и поведения в социуме. Речь начинает выполнять роль планирования и регуляции поведения. Интенсивно формируются социальные эмоции (чувство стыда, смущение, гордость, зависть, переживание успеха-неуспеха и др.).

**Личность и самооценка.** У ребенка интенсивно формируется периферия самосознания, продолжает формироваться дифференцированная самооценка. Оценка взрослого, оценка взрослым других детей, а также механизм сравнения своих результатов деятельности с результатами других детей оказывают существенное влияние на характер самооценки и самосознания. Появляется краткосрочная временная перспектива (вчера-сегодня-завтра, было-будет).

#### **Возрастные характеристики развития детей старшего дошкольного возраста 5-6 лет**

Средний вес у мальчиков изменяется от 19,7 кг в пять лет до 21,9 кг в шесть лет, у девочек-от 18,5 кг в пять лет до 21,3 кг в шесть лет. Средняя длина тела у мальчиков от 110,4 см в пять лет до 115,9 см в шесть лет, у девочек – от 109,0 см в пять лет до 115,7 см в шесть лет.

#### **Функциональное созревание**

Развитие центральной нервной и опорно-двигательной систем, зрительно-моторной координации позволяет ребенку значительно расширить доступный набор двигательных стереотипов.

**Психические функции.** В период от пяти до шести лет детям доступно опосредованное запоминание. Эффективность запоминания с помощью внешних средств (картинок, пиктограмм) может возрастать в 2 раза. В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить

преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступают во взаимодействие и т.д. Эгоцентризм детского мышления сохраняется. Основой развития мыслительных способностей в данном возрасте является наглядно-схематическое мышление, начинают развиваться основы логического мышления. Формируются обобщения, что является основой словесно-логического мышления. Интенсивно формируется творческое воображение. Наряду с образной креативностью, интенсивно развивается и вербальная креативность по параметрам беглости, гибкости, оригинальности и разработанности. Увеличивается устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Развитие речи идет в направлении развития словаря, грамматической стороны речи, связной речи, ребенку доступен фонематический анализ слова, что является основой для освоения навыков чтения. Проявляется любознательность ребенка, расширяется круг познавательных интересов. Складывается первичная картина мира.

**Детские виды деятельности.** У детей шестого года жизни отмечается существенное расширение регулятивных способностей поведения, за счет усложнения системы взаимоотношений со взрослыми и со сверстниками. Творческая сюжетно-ролевая игра имеет сложную структуру. В игре могут принимать участие несколько детей (до 5-6 человек). Дети шестого года жизни могут планировать и распределять роли до начала игры и строят свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей взятой роли по содержанию и интонационно. Нарушение логики игры не принимается и обосновывается. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения, а также нарушением правил. Сюжеты игр становятся более разнообразными, содержание игр определяется логикой игры и системой правил.

Интенсивно развиваются продуктивные виды деятельности, которые способствуют развитию творческого воображения и самовыражения ребенка. Детям доступны рисование, конструирование, лепка, аппликация по образцу, условию и по замыслу самого ребенка. Необходимо отметить, что сюжетно-ролевая игра и продуктивные виды деятельности в пять-шесть лет приобретают целостные формы поведения, где требуется целеполагание, планирование деятельности, осуществление действий, контроль и оценка. Продуктивные виды деятельности могут осуществляться в ходе совместной деятельности.

**Коммуникация и социализация.** В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативно-познавательная и внеситуативно-личностная форма общения. У детей формируется потребность в самоутверждении через возможность соответствовать нормам, правилам, ожиданиям, транслируемым со стороны взрослых. Со сверстниками начинает формироваться внеситуативно-деловая форма общения, что определяется возрастающим интересом к личности сверстника, появляются избирательные отношения, чувство привязанности к определенным детям, дружба. Характер межличностных отношений отличается выраженным интересом по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастанием просоциальных форм поведения. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми.

**Саморегуляция.** В период от пяти до шести лет начинают формироваться устойчивые представления о том, «что такое хорошо» и «что такое плохо», которые становятся внутренними регуляторами поведения ребенка. Формируется произвольность поведения, социально значимые мотивы начинают управлять личными мотивами.

**Личность и самооценка.** Складывается первая иерархия мотивов. Формируется дифференцированность самооценки. Преобладает высокая,

неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки.

### **Возрастные характеристики развития детей старшего дошкольного возраста 6-7 лет**

Средний вес мальчиков к семи годам достигает 24,9 кг, девочек – 24,7 кг. Средняя длина тела у мальчиков к семи годам достигает 123,9, у девочек – 123,6 см. В период от пяти до семи лет наблюдается выраженное увеличение скорости роста тела ребенка в длину («полуростовой скачок роста»), причем конечности в это время растут быстрее, чем туловище. Изменяются кости, формирующие облик лица.

#### **Функциональное созревание**

Уровень развития костной и мышечной систем, наработка двигательных стереотипов отвечают требованиям длительных подвижных игр. Скелетные мышцы детей этого возраста хорошо приспособлены к длительным, но не слишком высоким по точности и мощности нагрузкам.

Качественные изменения в развитии телесной сферы ребенка (полуростовой скачок) отражает существенные изменения в центральной нервной системе. К шести-семи годам продолжительность необходимого сна составляет 9-11 часов, при этом длительность цикла сна возрастает до 60-70 минут, по сравнению с 45-50 минутами у детей годовалого возраста, приближаясь к 90 минутам, характерным для сна детей старшего возраста и взрослых.

Важнейшим признаком морфофункциональной зрелости становится формирование тонкой биомеханики работы кисти ребенка. К этому возрасту начинает формироваться способность к сложным пространственным программам движения, в том числе к такой важнейшей функции как письму – отдельные элементы письма объединяются в буквы и слова.

К пяти-шести годам в значительной степени развивается глазомер. Дети называют более мелкие детали, присутствующие в изображении

предметов, могут дать оценку предметам в отношении их красоты, комбинации тех или иных черт.

Процессы возбуждения и торможения становятся лучше сбалансированными. К этому возрасту значительно развиваются такие свойства нервной системы, как сила, подвижность, уравновешенность. В то же время все эти свойства нервных процессов характеризуются неустойчивостью, высокой истощаемостью нервных центров.

**Психические функции.** К шести-семи годам особую значимость приобретает процесс формирования «взрослых» механизмов восприятия. Формируется способность дифференцировать слабо различающиеся по физическим характеристикам и редко появляющиеся сенсорные стимулы. Качественные перестройки нейрофизиологических механизмов организации системы восприятия позволяют рассматривать этот период как сенситивный для становления когнитивных функций, в первую очередь произвольного внимания и памяти. Время сосредоточенного внимания, работы без отвлечений по инструкции достигает 10-15 минут.

Детям становятся доступны формы опосредованной памяти, где средствами могут выступать не только внешние объекты (картинки, пиктограммы), но и некоторые мыслительные операции (классификация). Существенно повышается роль словесного мышления, как основы умственной деятельности ребенка, все более обособляющегося от мышления предметного, наглядно-образного. Формируются основы словесно-логического мышления, логические операции классификации, сериации, сравнения. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они еще ограничиваются наглядными признаками ситуации. Увеличивается длительность произвольного внимания (до 30 минут).

Развитие речи характеризуется правильным произношением всех звуков родного языка, правильным построением предложений, способностью составлять рассказ по сюжетным и последовательным картинкам. В

результате правильно организованной образовательной работы у детей развивается диалогическая и некоторые виды монологической речи, формируются предпосылки к обучению чтению. Активный словарный запас достигает 3,5 - 7 тысяч слов.

**Детские виды деятельности.** Процессуальная сюжетно-ролевая игра сменяется результативной игрой (игры с правилами, настольные игры). Игровое пространство усложняется. Система взаимоотношений в игре усложняется, дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем.

Продуктивные виды деятельности выступают как самостоятельные формы целенаправленного поведения. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Дети подготовительной к школе группы в значительной степени осваивают конструирование из различного строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям.

**Коммуникация и социализация.** В общении со взрослыми интенсивно проявляется внеситуативно-личностная форма общения. В общении со сверстниками преобладает внеситуативно-деловая форма общения. Характер межличностных отношений отличается выраженным интересом по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастание просоциальных форм поведения, феномен детской дружбы, активно проявляется эмпатия, сочувствие, содействие, сопереживание. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми.

**Саморегуляция.** Формируется соподчинение мотивов. Социально значимые мотивы регулируют личные мотивы, «надо» начинает управлять «хочу». Выражено стремление ребенка заниматься социально значимой деятельностью. Происходит «потеря непосредственности» (по Л.С. Выготскому), поведение ребенка опосредуется системой внутренних норм, правил и представлений. Формируется система реально действующих мотивов, связанных с формированием социальных эмоций, актуализируется способность к «эмоциональной коррекции» поведения. Постепенно формируются предпосылки к произвольной регуляции поведения по внешним инструкциям. От преобладающей роли эмоциональных механизмов регуляции постепенно намечается переход к рациональным, волевым формам.

**Личность и самооценка.** Складывается иерархия мотивов. Формируется дифференцированность самооценки и уровень притязаний. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки. Формируются внутренняя позиция школьника; гендерная и полоролевая идентичность, основы гражданской идентичности (представление о принадлежности к своей семье, национальная, религиозная принадлежность, и т.д.

### **1.5. Планируемые результаты реализации образовательной области «Физическое развитие»**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения образовательной программы в рамках ОО «Физическое развитие» представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

**К трем годам:**



- у ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам.

#### **К четырем годам:**

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;

- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения, в общем, для всех темпе;

- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье.

#### **К пяти годам:**

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;

- ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в

пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;

- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.

#### **К шести годам:**

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;

- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей.

#### **К концу дошкольного возраста:**

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;

- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям.

#### **1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов**

**Педагогическая диагностика** в ДОО – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Таким образом, педагогическая диагностика является основой для целенаправленной деятельности педагога, начальным и завершающим этапом проектирования образовательного процесса в дошкольной группе. Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Направления и цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО.

Педагогическая диагностика не является обязательной процедурой, вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им образовательной программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

**Педагогическая диагностика:**

- совокупность приемов и контроля оценки, направленных на решение задач оптимизации учебного процесса, совершенствование образовательных программ и методов педагогического воздействия;

- обеспечение эффективной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

**Специфика:**

- планируемые результаты заданы как целевые ориентиры;  
- целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке и не являются основанием для сравнения достижений детей с установленными требованиями;

- освоение образовательной программы не сопровождается проведением промежуточной и итоговой аттестаций воспитанников.

**Решение о проведении педагогической диагностики физического развития воспитанников принято на педагогическом совете ДОО**

**(Протокол № \_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.).**

**Педагогическую диагностику следует проводить, начиная с младшего дошкольного возраста до старшего дошкольного возраста.**

Педагогическая диагностика физического развития воспитанников проводится инструктором по физической культуре, воспитателями на основе наблюдения, специальных диагностических ситуаций. Для проведения диагностики физического развития используются следующие методические

рекомендации: *Ноткина Н., Казьмина Л. И др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста».*

**Задачи:**

1. Индивидуализация образования;
2. Оптимизация работы с группой детей.

**Характеристика пояснения педагогической диагностики**

(См. Таблицу №1)

**Таблица №1**

<b>№ п/п.</b>	<b>Периодичность проведения педагогической диагностики:</b>	<b>Методы:</b>	<b>Наблюдение:</b>
1.	2 раза в год. <b>Стартовая</b> - на этапе поступления ребёнка в дошкольную группу. <b>Финальная</b> - на завершающем этапе освоения программы определённой возрастной группы.	1. Наблюдение; 2. Беседы; 3. Анализ продуктов детской деятельности; 4. Специальных диагностических ситуаций.	1. Ориентировка в пространстве – строевые упражнения; 2. ОРУ – счет, ритм, темп, выполнение по образцу, мелкая моторика; 3. ОВД-освоение техники основных движений, координация, равновесие; 4. Развитие физических качеств – основа формирования двигательных навыков; 5. Подвижные игры - морально-волевые качества; 6. Работоспособность – удержание внимания, интерес к двигательной деятельности.

**Результаты проведения диагностики физического развития ребёнка фиксируются в диагностические карты (См. таблицы ниже).**

**1. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАБЛЮДЕНИЯ**

**Педагогическое тестирование основных движений,  
спортивных игр и упражнений**

**Таблица №2**

<b>№ п/п.</b>	<b>Перечень основных движений, спортивных игр и упражнений</b>
1.	Ориентировка в пространстве
2.	ОРУ
<b>Основные движения:</b>	

3.	Прыжки
4.	Ползание, лазание
5.	Равновесие
6.	Бросание, ловля, метание
7.	Подвижные игры

**Диагностическая карта №1**  
**Педагогические наблюдения**  
**на начало 2023-2024 учебного года**

Диагностическая карта

Группа № \_\_\_\_\_

**Таблица №3**

№ п/п.	Фамилия, имя ребенка	Ориентировка в пространстве			ОРУ			Основные движения												Подвижные игры		
								Прыжки			Ползание, лазание			Равновесие			Бросание, ловля, метание					
		С	С/Ф	Н/С	Н / С	С / Ф	С	Н / С	С / Ф	С	Н / С	С / Ф	С	Н / С	С / Ф	С	Н / С	С / Ф	С	Н / С	С / Ф	С
1.																						
2.																						
3.																						
<b>Итого: (считается в %) на начало уч. года</b>		15 %	25 %	50 %	10 %	25 %	50 %	35 %	40 %	50 %	15 %	25 %	50 %	15 %	25 %	50 %	15 %	25 %	50 %	15 %	25 %	50 %

**Диагностическая карта №2**  
**Педагогические наблюдения**  
**на начало и конец 2023-2024 учебного года**

Диагностическая карта

Группа № \_\_\_\_\_

**Таблица №4**

№	Фамилия,	Ориентировка	ОРУ	Основные движения												Подвижные		
---	----------	--------------	-----	-------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--

п/п.	имя ребенка	в пространстве						Прыжки			Ползание, лазание			Равновесие			Бросание, ловля, метание			игры			
		С	С/Ф	Н/С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	
1.																							
2.																							
3.																							
<b>Итого: на начало уч. года (считается в %)</b>		15 %	25 %	50 %	10 %	25 %	50 %	35 %	40 %	50 %	15 %	25 %	50 %	15 %	25 %	50 %	15 %	25 %	50 %	15 %	25 %	50 %	
<b>Итого: на конец уч.года (считается в %)</b>		5 %	15 %	80 %	5 %	15 %	75 %	5 %	15 %	75 %	5 %	15 %	75 %	5 %	15 %	75 %	5 %	15 %	75 %	10 %	10 %	60 %	

### Карта развития:

1. Результаты наблюдения – качественные показатели;
2. Результаты специально организованного тестирования – количественные показатели.

### Пояснение к таблице:

1. В таблице проставляем (+) навык сформирован, умеет, и закрашиваем квадратик **«Зеленым»** цветом;
2. В таблице проставляем (+/-) навык в стадии формирования и закрашиваем квадратик **«Желтым»** цветом;
3. В таблице проставляем (-) навык не сформирован и закрашиваем квадратик **«Красным»** цветом.

**Анализ результатов  
Диагностическая карта №3  
Педагогические наблюдения  
на начало 2023-2024 учебного года**

Диагностическая карта

Группы № \_\_\_\_\_

**Таблица №5**

№ п/п.	Группа № Кол-во детей	Ориентировка в пространстве	ОРУ	Основные движения				Подвижные игры
				Прыжки	Ползание, лазание	Равновесие	Бросание, ловля, метание	

		С	С/Ф	Н/С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	
1.	№5																			
2.	№7																			
3.	№9																			
<b>Итого: на начало уч. года (считается в %)</b>																				

**Анализ результатов  
Диагностическая карта №4  
Педагогические наблюдения  
на начало и конец 2023-2024 учебного года**

Диагностическая карта

Группы № \_\_\_\_\_

**Таблица №6**

№ п/п.	Группа	Ориентировка в пространстве			ОРУ			Основные движения												Подвижные игры					
								Прыжки			Ползание, лазание			Равновесие			Бросание, ловля, метание								
								С	С/Ф	Н/С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С				Н/С	С/Ф	С
1.	№5																								
2.	№7																								
3.	№9																								
<b>Итого: на начало уч. года (Считается в %)</b>																									
<b>Итого: на конец уч. года (Считается в %)</b>																									

**2. ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА**

**Педагогическое тестирование физических качеств:**

**Таблица №7**

№ п/п.	Физические качества	Тестовые задания
1.	Быстрота	Бег 10 м (сек)



2.	Ловкость	Бег 5+5 м с поворотом (сек)
3.	Выносливость	Бег 30 м (сек)
4.	Сила	Метание мяча вес 1 кг (см)
5.	Гибкость	Наклон вперед (см)
<b>Координация движений:</b>		
6.	Равновесие	Стойка на одной ноге (сек)
7.	Координация	Прыжок в длину с места (см)

**Физические качества**  
**Диагностическая карта №5**  
**Мониторинг развития физических качеств**  
**на начало 2023-2024 учебного года**

Диагностическая карта

Группа № \_\_\_\_\_  
**Таблица №8**

№ п/п.	Фамилия, имя ребенка	Психофизические качества						
		Быстрота Бег 10 м (сек)	Ловкость Бег 5+5 м с поворотом (сек)	Выносливость Бег 30 м (сек)	Сила Метание мяча вес 1 кг (см)	Гибкость Наклон вперед (см)	Равновесие Стойка на одной ноге (сек)	Координация Прыжок в длину с места (см)
1.								
2.								
<b>Итого: на начало уч. года</b>								

**Физические качества**  
**Диагностическая карта №6**  
**Мониторинг развития физических качеств**  
**на начало и конец 2023-2024 учебного года**

№ п/п.	Фамилия, имя ребенка	Психофизические качества						
		Быстрота Бег 10 м (сек)	Ловкость Бег 5+5 м с поворотом (сек)	Выносливость Бег 30 м (сек)	Сила метание мяча вес 1 кг (см)	Гибкость Наклон вперед (см)	Равновесие Стойка на одной	Координация Прыжок в длину с места (см)

								ноге (сек)	
1.									
2.									
Итого: на начало уч. года									
Итого: на конец уч. года									

Диагностическая карта

Группа № \_\_\_\_\_

Таблица №9

Анализ результатов по работе с диагностическими картами №5 и №6

производится по формуле и все результаты заносятся в таблицы.

Формула для расчетов уровней:

$$W = \frac{(V2-V1)}{V1} \times 100\%, \text{ или } W = \frac{V2}{V1} \times 100\%$$

V1

V1

1. W –прирост показателей темпов, в %;
2. V1 –исходный уровень (средний по группе);
3. V2 – конечный уровень (средний по группе).

### Шкала оценки темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста

Таблица №10

№ п/п.	Темпы прироста, %	Оценка	За счет чего достигнут прирост
1.	До 8	Неудовлетворительно	За счет естественного роста
2.	8-10	Удовлетворительно	За счет естественного роста и роста естественной двигательной активности
3.	10-15	Хорошо	За счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания
4.	Свыше 15	Отлично	За счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений

## 2. Содержательный раздел

Содержание работы по физическому развитию дошкольников реализуется инструктором по физкультуре, педагогами ДОО в соответствии с ФОП, ФГОС ДО, образовательной программой ДОО, методикой физического развития детей от 2 до 7 лет.

Содержание ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП предусматривает решение ряда специфических задач:

## **2.1. Задачи физического развития детей дошкольного возраста 3-7 лет**

### **2.1.1. Задачи физического развития детей 3-4 лет**

- продолжать обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, ОВД, ОРУ, спортивным упражнениям, музыкально-ритмическим упражнениям, подвижным играм;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию движений;
- формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к ЗОЖ, формируя полезные привычки.

### **2.1.2. Задачи физического развития детей 4-5 лет**

- обогащать двигательный опыт ребенка, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, обучая техничному выполнению разнообразных физических упражнений, музыкально-ритмических движений в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать учить быстро и самостоятельно ориентироваться в пространстве, выполнять движения скоординировано, согласованно;
- продолжать формировать психофизические качества, координацию движений, равновесие, меткость;
- воспитывать волевые качества, произвольность, стремление соблюдать правила в ПИ, проявлять творчество и самостоятельность при выполнении физических упражнений;

- воспитывать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, разным формам двигательной деятельности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, способствовать правильному формированию опорно-двигательного аппарата, осанки, укреплению иммунитета средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье;
- воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью.

### **2.1.3. Задачи физического развития детей 5-6 лет**

- продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения;
- способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков;
- продолжать развивать психофизические качества, координацию, равновесие, меткость, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений;
- учить соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде, согласовывать действия свои и других детей, ориентироваться в пространстве;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;
- формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах, влияющих на здоровье, туризме как форме активного отдыха;

- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, учить осознанно, соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

#### **2.1.4. Задачи физического развития детей 6-7 лет**

Рабочая программа построена в соответствии с ФОП и ФГОС ДО на интегративном подходе сочетания образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания ОО «Физическое развитие» решаются как самостоятельно, так и в ходе реализации других ОО («Социально - коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие»).

Для решения поставленных задач в каждой возрастной группе используются следующие **формы организации двигательной деятельности:**

- утренняя гигиеническая гимнастика;
- физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе;
- физкультминутки;
- физкультпаузы;
- подвижные игры;
- бодрящая гимнастика;
- индивидуальная работа по развитию движений в зале и на прогулке;
- активный отдых (досуги, развлечения, праздники, туристические прогулки и походы, динамический час);
- самостоятельная двигательная деятельность;

**и типы занятий:**

- учебно-тренировочное;
- сюжетное;

- игровое;
- тренировочное;
- комплексное;
- физкультурно-познавательное;
- тематическое;
- нетрадиционное;
- контрольное.

## **2.2. Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников.**

### **2.2.1. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-4 лет**

В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения (См. Таблицу №11).

**Таблица №11**

Группа/возраст	Перечень основных движений, спортивных игр и упражнений
<p><b>Младшая группа (3 - 4 года)</b></p>	<p><b>Основная гимнастика (основные движения, строевые и общеразвивающие упражнения).</b>            В процессе обучения основным движениям педагог организует выполнение детьми разнообразных упражнений.  <b>Ходьба:</b> в заданном направлении, с переходом на бег, со сменой темпа, в колонне по одному, за направляющим, на носках, с высоким подниманием колена, в разных направлениях (по прямой, по кругу, обходя предметы, врассыпную), с выполнением заданий (остановка, приседание, поворот и др.).  <b>Упражнение в равновесии</b> по прямой дорожке (ширина 15–20 см, длина 2–2,5 м.), приставным шагом, прямо и боком, по скамье, с перешагиванием через предметы, по наклонной доске (высота 30–35 см).  <b>Бег:</b> в заданном направлении (подгруппами и всей группой в течение 50-60 сек); с переходом на ходьбу, со сменой темпа; на носках, в колонне по одному, по дорожке (ширина 25– 50 см, длина 5–6 м.); врассыпную, по кругу, с выполнением заданий по сигналу (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего и др.).  <b>Ползание, лазанье:</b> ползание на четвереньках по прямой</p>

(расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола, пролезание в обруч; перелезание через скамью, под скамью, бревно, лазанье по гимнастической стенке (высота 1,5 м.) удобным способом.

**Катание, бросание, ловля, метание:** катание больших мячей (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50–60 см); метание на дальность правой и левой рукой, в горизонтальную цель, из положения стоя, двумя руками снизу, правой и левой рукой (расстояние 1,5–2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние от 1–1,5 м, к концу года до 2–2,5 метров), принимая исходное положение; ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70–100 см), бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2–3 раза подряд).

**Прыжки:** на двух ногах на месте, толкаясь двумя ногами, с продвижением вперед (расстояние 2–3 м.); подпрыгивания вверх с касанием рукой предмета, находящегося на 15 см выше поднятой руки ребенка, перепрыгивание, через предметы (высота 5 см.), прыжки в длину с места на расстояние не менее 40 см., через линии, расположенные на одинаковом расстоянии друг от друга (4–6 линий, расстояние 15–20 см.), прыжки на двух ногах вокруг предметов, между ними.

**Общеразвивающие упражнения.** Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя ноги прямо и врозь, руки в стороны и на пояс, сидя, лежа на спине, животе), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и др.), в том числе: поднимание и опускание прямых рук, отведение их в стороны, на пояс, за спину (одновременно, поочередно с предметами); поднимание над головой, наклоны из положения стоя и сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа на спине; сгибание и разгибание ног в коленях (поочередно и вместе) из положения лежа на животе; перевороты со спины на живот и обратно; приседания, держась за опору и без нее, вынося руки вперед. Включает разученные упражнения в комплексы утренней гимнастики.

#### **Музыкально-ритмические упражнения.**

Отдельные музыкально-ритмические упражнения педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на полупальцах, топающим шагом, вперед, приставным шагом прямо и боком; имитационные движения - разнообразные образно-игровые упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, быстрая белка и т. д.); поочередное выставление ноги вперед, пятку, притопывание одной ногой, приседания «пружинки», прямой галоп, кружение.

**Строевые упражнения.** Педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в шеренгу, колонну по одному, круг по ориентирам с нахождением своего места в строю, повороты переступанием по показу, ориентиру.

**Подвижные игры.** Педагог развивает и поддерживает активность

	<p>детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры, вводит различные игры с более сложными правилами и сменой движений. Воспитывает у детей умение соблюдать элементарные правила, слышать указания, согласовывать движения в ходе игры, ориентироваться в пространстве. Педагог предлагает разнообразные игры: с бегом на развитие скоростно-силовых качеств: «Бегите ко мне!», «Солнышко и дождик», «Кот и птенчики», «Мыши и кот», «Воробушки и автомобиль», «Кто быстрее до флажка!», «Найди свой цвет», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках»; с прыжками на развитие силы и ловкости, равновесия: «По ровненькой дорожке шагают наши ножки», «Поймай комарика», «Воробушки и кот», «С кочки на кочку»; с подлезанием и лазаньем на развитие силы, выносливости: «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики»; с бросанием и ловлей на развитие ловкости, меткости: «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», на ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто кричит», «Найди, что спрятано».</p> <p><b>Спортивные упражнения.</b> Педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий.</p> <p><b>Катание на санках:</b> по прямой дорожке игрушек, друг друга, с невысокой горки.</p> <p><b>Ходьба на лыжах:</b> по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; повороты на лыжах переступанием.</p> <p><b>Катание на трехколесном велосипеде:</b> по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.</p> <p><b>Плавание:</b> погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.</p> <p><b>Формирование основ здорового образа жизни.</b> Педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила). Активный отдых.</p> <p><b>Физкультурные досуги.</b> Досуг проводится 1–2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительность 20–25 минут. Содержание составляют сюжетные подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально ритмические упражнения.</p> <p><b>День здоровья.</b> В этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, досуги, возможен выход за пределы участка детского сада, самостоятельную игровую деятельность, развлечения.</p>
--	--

В Таблице №12 представлены целевые ориентиры к концу 4-го года жизни.



Таблица №12

Группа/возраст	К концу года дети могут
<p><b>Младшая группа (3 - 4 года)</b></p>	<p><b>В результате, к концу 4 года жизни,</b> ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях и выполнении основных движений, в подвижных играх; по показу педагога принимает исходное положение, более уверенно выполняет движения, сохраняет равновесие при выполнении физических упражнений, музыкально-ритмических движений, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое, выполняет общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения; осваивает спортивные упражнения; проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм, знает правила в подвижных играх, стремится к выполнению ведущих ролей в игре; понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки, знает основные правила безопасного поведения в двигательной деятельности.</p>

### 2.2.2. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет

В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения (См. Таблицу №13).

Таблица №13

Группа/возраст	Перечень основных движений, спортивных игр и упражнений
<p><b>Средняя группа (4-5 лет)</b></p>	<p><b>Основная гимнастика (основные движения, строевые и общеразвивающие упражнения).</b> Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети творчески используют в самостоятельной двигательной деятельности.  <b>Ходьба:</b> обычным и гимнастическим шагом, согласовывая движения рук и ног, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево), сохраняя равновесие; в колонне по одному, по двое (парами), по прямой, по кругу, вдоль границ зала, «змейкой» (между тремя или четырьмя предметами); по прямой, в обход по залу, враспынную, в разном темпе, с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); с переходом на бег, в чередовании с прыжками, с изменением направления, со сменой направляющего; между линиями (расстояние 15–10 см).  <b>Упражнение в равновесии:</b> ходьба по скамье, по доске (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, руки</p>

в стороны и с предметом в руках, ставя ногу с носка); по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см); перешагивание через предметы высотой 20–25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук.

**Бег:** в разном темпе, со сменой ведущего, в медленном темпе в течение 50–60 секунд, в быстром темпе (расстояние 10 м); спокойный бег на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, в колонне по одному 1-1,5 минуты, парами взявшись за руки, по кругу, соразмеряя свои движения с движениями партнера; «змейкой» между предметами (оббегать пять шесть предметов); со старта на скорость (расстояние 15-20 м); бег в медленном темпе (до 2 мин.), со средней скоростью (на расстояние 40-60 м) в чередовании с ходьбой 80–100 м.

**Ползание, лазанье:** ползание на четвереньках в быстром темпе, а также опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед, в обруч; перелезание через бревно, гимнастическую скамейку; лазанье по гимнастической стенке, перелезая с одного пролета на другой вправо и влево.

**Бросание, ловля, метание:** отбивание мяча о землю правой и левой рукой, бросание и ловля его кистями рук (не прижимая к груди); перебрасывание мяч друг другу и педагогу; прокатывание мячей, обручей друг другу и между предметами (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м.); бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (5 раза подряд); отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд); метание предметов на дальность (расстояние не менее 3,5–6,5 м), в горизонтальную цель с высотой центра мишени не менее 1,5 метра, с расстояния 2–2,5 м правой и левой рукой, в вертикальную цель.

**Прыжки:** на двух ногах (20 прыжков по 2–3 раза в чередовании с ходьбой), энергично отталкиваться, вытягивая стопу, мягко приземляясь, на полусогнутые ноги; со сменой ног, ноги вместе - ноги врозь, с хлопками над головой, за спиной, с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); спрыгивание (с высоты 20–25 см.) со страховкой; перепрыгивание через предметы (высотой 5-10 см.); прыжки в длину с места (на расстояние 70 см.) и через параллельные прямые (5–6 линий на расстоянии 40–50 см.); сочетая отталкивание со взмахом рук, с сохранением равновесия при приземлении; прыжки через короткую скакалку.

**Общеразвивающие упражнения.** Педагог учит детей выполнять общеразвивающие упражнения под счет (с 4,5 лет), из разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с оборудованием и без; поднимание рук

вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно) из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; махи руками вперед, вверх, назад, круговые движения руками, согнутыми в локтях; повороты корпуса в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоны вперед, касаясь пальцами рук носков ног с заданием, класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь); поднимание ног над полом из положения сидя и лежа, перевороты со спины на живот перекатом, держа в вытянутых руках предмет; приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны с предметом и без них. Педагог включает разученные упражнения в комплексы утренней гимнастики.

#### **Ритмическая гимнастика.**

Музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и формы активного отдыха, подвижные игры.

Рекомендуемые упражнения: ходьба под ритм, музыку в разном темпе на полупальцах, топающим шагом, вперед и назад (спиной), приставным шагом прямо и боком, галопом в сторону, согласовывая с началом окончания музыки; ходьба по кругу заруки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под ритм и музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмично хлопать в ладоши, комбинации из двух освоенных движений.

**Подвижные игры.** Педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, учит брать роль водящего, развивает пространственную ориентировку, глазомер, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил без напоминания, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений). Педагог предлагает более разнообразные по содержанию и нагрузке подвижные игры: на развитие скоростно-силовых качеств: «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки»; с прыжками на развитие силы и ловкости: «Зайцы и волк», «Волк в курятнике», «Зайка серый умывается»; с ползанием и лазаньем: «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята»; с бросанием и ловлей на развитие ловкости: «Подбрось - поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку»; на ориентировку в пространстве, на внимание и ловкость:

«Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки». Народные игры. «У медведя во бору», «Водяной» и др.

**Строевые упражнения.** Педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, в звенья и на ходу по зрительным ориентирам; повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте.

**Спортивные упражнения.** Педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурного занятия на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано и в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий.

**Катание на санках:** подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

**Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:** по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

**Ходьба на лыжах:** скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступаящим шагом» и «полулечкой».

**Плавание:** погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держать за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.

**Формирование основ здорового образа жизни.** Педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга), способствует пониманию необходимости занятий физкультурой, важности правильного питания, полезных привычек, соблюдения гигиены, закаливания, для сохранения и укрепления здоровья.

**Активный отдых.**

**Физкультурные праздники и досуги.**

Педагог привлекает детей к праздникам старших дошкольников в качестве зрителей и участников (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Досуг организуется 1–2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительность 20–25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения. Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику,

	<p>посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России. День здоровья. Проводится 1 раз в три месяца, в этот день организовываются физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе. В Физкультурные праздники и досуги. Педагог привлекает детей к праздникам старших дошкольников в качестве зрителей и участников (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Досуг организуется 1–2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительность 20–25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения. Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.</p> <p><b>День здоровья.</b> Проводится 1 раз в три месяца, в этот день организовываются физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.</p>
--	---

В Таблице №14 представлены целевые ориентиры к концу 5-го года жизни.

**Таблица №14**

<b>Группа/возраст</b>	<b>К концу года дети могут</b>
<p><b>Средняя группа (4 - 5 лет)</b></p>	<p><b>В результате, к концу 5 года жизни</b> ребенок осваивает разнообразные физические упражнения и музыкально-ритмические упражнения, проявляет двигательную активность и психофизические качества, демонстрирует координацию движений, развитие глазомера, ориентировку в пространстве ориентирами и без, стремиться сохранять правильную осанку. Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, с желанием выполняет упражнения основной гимнастики, участвует в подвижных играх и досуговой деятельности. Проявляет настойчивость и упорство для достижения результата, стремится к победе, соблюдает правила в подвижных играх, переносит освоенные упражнения в самостоятельную двигательную деятельность. Знает об отдельных факторах, положительно влияющих на здоровье, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, имеет сформированные полезные привычки.</p>

### **2.2.3. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет**

В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения (См. Таблицу №15).

Таблица №15

Группа/возраст	Перечень основных движений, спортивных игр и упражнений
<p style="text-align: center;"><b>Старшая (5 - 6 лет)</b></p>	<p><b>Основная гимнастика (основные движения, строевые и общеразвивающие упражнения).</b> Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.</p> <p><b>Ходьба:</b> обычным шагом, на носках, на пятках с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево) с заданием, в колонне по одному, по двое (парами), с предметами, по кругу, вдоль границ зала, «змейкой» (между восемью предметами), в рассыпную по диагонали; в чередовании с бегом, прыжками, с изменением направления, темпа, со сменой направляющего.</p> <p><b>Упражнение в равновесии:</b> ходьба между линиями, по доске, по широкой и узкой гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны), по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см); с перешагиванием через набивные мячи на разном расстоянии друг от друга (поочередно через 5–6 мячей).</p> <p><b>Бег:</b> с разной скоростью, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, в колонне (по одному, по двое, парами), в разных направлениях (по кругу, между предметами, в рассыпную, со сменой ведущего); в быстром темпе (от 10 метров по 3-4 раза до 20-30 м по 2-3 раза), с увертыванием; челночный бег 3 по 10 м в медленном темпе (1,5-2 мин).</p> <p><b>Ползание, лазанье:</b> на четвереньках по прямой, «змейкой» (расстояние - 10 м), между предметами, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед, пролезание в обруч; перелезание через бревно, гимнастическую скамейку; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, сохраняя ритм, с изменением темпа, перелезая с одного пролета на другой вправо и влево); лазанье по веревочной лестнице со страховкой.</p> <p><b>Катание, бросание, ловля, метание:</b> прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами, из разных исходных положений; бросание мяча друг другу снизу, из-за головы, от груди и ловля (на расстоянии 1,5 м.) по прямой и с отбивкой о землю; перебрасывание через препятствия друг другу из положения сидя и стоя (с расстояния 2 м); отбивание мяча</p>

правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд) на месте и в движении расстояние от до 4 до 6 метров); метание разными способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо предметов, мячей разного размера на дальность (не менее 5–9 м), в горизонтальную цель (с расстояния 3,5–4 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель, с расстояния 1,5–2 метра.

**Прыжки:** на месте на двух ногах (25 ритмичных прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), с продвижением вперед (на расстояние 2–3 м.); попеременно на правой и левой ноге, ноги вместе и врозь, с поджатыми ногами («зайчики»), с разведенными коленями («лягушки»); на одной ноге (на правой и левой поочередно); в чередовании и в комбинации с другими основными движениями, общеразвивающими упражнениями; прыжки в длину с места (от 80 см.), через линию, поочередно через 5-6 линий или плоских обручей, (расстояние между которыми одинаковое и разное от 30 до 60 см.); через 2-3 предмета (поочередно через каждый высотой 5-10 см); с высоты 20-25 см. Прыжки с короткой скакалкой на двух ногах и с продвижением, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

**Общеразвивающие упражнения.** Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом и др.). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги прямо, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Включает в комплексы упражнения: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно), сочетая движения рук и ног, одновременно и поочередно; повороты влево и вправо, наклоны вперед, вниз, в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; поднимание ног над полом, сгибание и разгибание ног из положение сидя, лежа на боку; выполнение упражнений в приседе и полуприседе, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны, с предметами и без них. Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений для себя и сверстников. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики.

**Ритмическая гимнастика.** Музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает во вводную и основную части физкультурных занятий (отдельные комплексы из 5–6 упражнений), некоторые из упражнений в физкультминутки, различные формы активного отдыха в подвижные игры. Рекомендуются упражнения: ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топаящим шагом, «с

каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружения по одному и в парах.

**Строевые упражнения.** Педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и без), по диагонали, в два и три звена; перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

**Подвижные игры.** Педагог продолжает развивать, закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, включающих несколько основных движений, совершенствовать их в играх-эстафетах, оценивает и поощряет соблюдение правил, учит быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность. Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи или поражения команды, стремление к победе, преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх. Детям предлагаются разнообразные игры: с бегом на развитие скоростно-силовых качеств и ориентировки в пространстве: «Самолеты» (с обручами и геометрическими фигурами), «Хитрая лиса», «Цветные автомобили», «Птичка и кошка», «Светофор», «Найди пару», «Ловишки с ленточками», «Лошадки», «Бездомный заяц», «Ловишки»; с прыжками на развитие силы и выносливости: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике»; с ползанием и лазаньем на развитие силы: «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Пожарные», «Спасатели»; с бросанием и ловлей на развитие ловкости: «Подбрось - поймай», «Мяч по кругу»; на ориентировку в пространстве, на внимание: «Найди, где спрятано», «Пограничники». Народные игры. «У медведя во бору», «Мышка и две кошки», «Дударь».

**Спортивные упражнения.** Педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятия на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования, климатических условий региона

**Катание на санках:** по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.



**Ходьба на лыжах:** по лыжне (на расстояние до 500 м.); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискось).

**Катание на двухколесном велосипеде, самокате:**

по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.

**Плавание:** с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде держать за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опускать лицо в воду, приседать под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.

**Спортивные игры.** Педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования.

**Городки:** бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м).

**Элементы баскетбола:** 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 педагогом.

**Элементы футбола:** 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.

**Формирование основ здорового образа жизни.**

Педагог продолжает уточнять и расширять представления о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятие спортом и физкультурой, прогулки на свежем воздухе); формирует доступные элементарные представления об организме человека (внешнее строение опорно-двигательного аппарата, органов зрения, слуха и их защита). Продолжает формировать представления о разных видах спорта и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием) и в ходе туристских пеших прогулок учит их соблюдать. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены,

	<p>правильно питаться, закаляться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья), продолжает знакомить со способами оказания посильной помощи при уходе за больным.</p> <p><b>Активный отдых. Физкультурные праздники и досуги.</b> Педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные игры, игры эстафеты, спортивные игры. Досуг организуется 1–2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительность 30–40 минут.</p> <p>Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания. Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России. Дни здоровья. Педагог проводит 1 раз в квартал и организует оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.</p> <p><b>Туристские прогулки и экскурсии.</b> Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 2 км (в оба конца), в теплый период года, и до 1 км в холодный период. Продолжительность пешего похода от 1 до 1,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут. Время непрерывного движения 20 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, учит наблюдать за природой, ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные игры и эстафеты.</p>
--	---

В Таблице №16 представлены целевые ориентиры к концу 6-го года жизни.

**Таблица №16**

Группа/возраст	К концу года дети могут
<p><b>Старшая группа 5 -6 лет</b></p>	<p><b>В результате, к концу 6 года жизни,</b> ребенок выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно; проявляет в двигательной деятельности (на занятиях по физкультуре, гимнастике и др.) сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества; способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее; стремится осуществлять самоконтроль и дает оценку двигательным действиям других детей и своим, свободно ориентируется в пространстве, овладевает некоторыми туристскими умениями; проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам и экскурсиям; умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности; знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него; имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, правилах гигиены, безопасного поведения в двигательной деятельности, стремится их соблюдать, понимает необходимость сохранения и укрепления здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремится заботиться о своем здоровье и здоровье других людей.</p>

#### **2.2.4. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет**

В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения (См. Таблицу №17).

**Таблица №17**

Группа/возраст	Перечень основных движений, спортивных игр и упражнений
<p><b>Подготовительная к школе группа (6- 7 лет)</b></p>	<p><b>Основная гимнастика (основные движения, строевые и общеразвивающие упражнения).</b> Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для развития инициативности и творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой</p>

деятельности и повседневной жизни.

**Ходьба:** в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге в разном темпе и направлениях: по кругу, по прямой с поворотами обходя 10 и более предметов, по диагонали, с перестроениями, разными способами: обычным, гимнастическим шагом, скрестным шагом, с выпадами, в приседе и полуприседе, спиной веред, спортивной ходьбой, на носках с разными положениями рук, на пятках, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, в сочетании с другими видами основных движений и ходьба с поточным выполнением общеразвивающих упражнений под счет, ритм, музыку.

**Упражнение в равновесии:** ходьба по скамье с набивным мешочком на голове, выполняя упражнения (приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки, поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок, с остановкой посередине и с приседанием и поворотом кругом и др.); прямо и боком, по канату на полу, по доске, держа баланс, стоя на большом набивном мяче.

**Бег:** с разной скоростью 2–3 минуты, с чередованием темпа, с переходом на ходьбу, в среднем темпе (до 300 м.), в быстром темпе 30 метров (10 м по 3-4 раза с перерывами) наперегонки на скорость (от 25-30 метров); на носках, высоко поднимая колени, с захлестыванием голени назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом; в колонне по одному, по двое, в разных направлениях, с заданиями, с преодолением препятствий, со скакалкой, с мячом, по доске, дорожке бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками через препятствия (высотой 10- 15 см.); спиной вперед из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.); в усложненных условиях 2-4 отрезка по 100-150 м в чередовании с ходьбой и с преодолением препятствий; челночный бег (3 по 5 метров).

**Ползание, лазанье:** на четвереньках, на животе и спине по гимнастической скамейке, бревну, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд, в туннеле на скорость, пролезание в обруч разными способами, подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 50–35 см); лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного движения рук и ног, с перелезанием с пролета на пролет в разном темпе.

**Бросание, ловля, метание:** перебрасывание мяча разного размера друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3–4 м), через сетку; бросание мячей разных размеров вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами; отбивание мяча

правой и левой рукой поочередно на месте и в движении по прямой и в разных направлениях от 5 до 10 раз; бросание набивных мячей (0,5 кг) сидя и бросание их вдаль из-за головы из положения стоя; метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой, в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), а также в движущуюся цель.

**Прыжки:** на двух ногах на месте разными способами, вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением (по 20-40 прыжков 2-4 раза в чередовании с ходьбой), с поворотом кругом, продвигаясь вперед (на 5-6 м.), с зажатым между ног мешочком с песком, с мячом; в положении сидя на большом надувном мяче (фитболе), через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге поочередно и через линию, веревку, в высоту с разбега (высота до 40 см); в длину с места (от 100–140 см в зависимости от пола, подготовленности); в длину с разбега (180–190 см), с места вверх, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки, с разбега (высота не менее 50 см). Прыжки через обруч, короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), вращающуюся вперед и назад длинную скакалку по одному, парами.

**Общеразвивающие упражнения.** Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с паузами и поточно, под счет, музыку и др. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и др.). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики.

**Ритмическая гимнастика.** Музыкально-ритмические упражнения педагог включает в содержание физкультурных занятий в разных структурных частях и как отдельные комплексы из 6–8 упражнений, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха в подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук вверх, в сторону в такт и ритм музыки.

**Строевые упражнения.** Педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу; перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, кругу; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

**Подвижные игры.** Педагог продолжает обучать детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию и сюжету подвижных игр (в том числе, игры с элементами соревнования, игры-эстафеты), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве. Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи или поражения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности. Педагогом могут быть предложены детям: игр с бегом на развитие скоростных качеств: «Моряки», «Пожарные на учении», «Спасатели спешат на помощь», «Будущие защитники Родины», «Полоса препятствий», «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун инаседка»; с прыжками: «Лягушки и Аист», «Не попадись!», «Волк во рву». Игры с метанием и ловлей на развитие силы и ловкости: «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый и меткий?», «Ловишки с мячом»; с ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловкие обезьянки»; игры-эстафеты: «Космонавты», «Дорожка препятствий», с элементами соревнования: «Зарничка», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?», «Наши олимпийцы». Народные игры. «Гори, гори ясно!», «Лапта».

**Спортивные упражнения.** Педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий (наличие оборудования, климатические условия региона).

**Катание на санках:** игровые задания и соревнования в

	<p>катании на санях на скорость.</p> <p><b>Ходьба на лыжах:</b> скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500–600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку «лесенкой», «елочкой».</p> <p><b>Катание на коньках:</b> удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.</p> <p><b>Катание на двухколесном велосипеде, самокате:</b> по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.</p> <p><b>Плавание:</b> погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10–15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.</p> <p><b>Спортивные игры.</b> Педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий.</p> <p><b>Городки:</b> бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.</p> <p><b>Элементы баскетбола:</b> передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.</p> <p><b>Элементы футбола:</b> передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота, играть по упрощенным правилам.</p> <p><b>Элементы хоккея:</b> (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.</p> <p><b>Бадминтон:</b> перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.</p> <p><b>Элементы настольного тенниса:</b> подготовительные</p>
--	--

упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

**Формирование основ здорового образа жизни.** Педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления об организме человека, факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и разных видов спорта, на здоровье, достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья (зрения, слуха, органов дыхания, опорно-двигательного аппарата), правилах безопасного для здоровья поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием) и во время туристских прогулок и экскурсий. Следит за осанкой и приучает к этому детей, оказывать элементарную первую помощь при легких травмах, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье, и самочувствии других людей.

**Активный отдых.**

**Физкультурные праздники и досуги.**

Педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений. Досуг организуется 1–2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительность 40–45 минут.

Содержание включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, проблемные и творческие задания. Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и выдающимся спортсменам.

**Дни здоровья.** Педагог проводит 1 раз в квартал и организует оздоровительные мероприятия и туристские прогулки, физкультурные досуги.

**Туристские прогулки и экскурсии.**

Педагог организует пешеходные прогулки на расстоянии от 1 до 3 км (в оба конца) в теплый период года и от 1 до 2 км в холодный период. Продолжительность пешего похода от 1 до 2,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут. Время непрерывного движения 20–30 минут. В ходе туристской прогулки организует с детьми подвижные игры и соревнования,



	<p>наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий. Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500г. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.</p>
--	---

В Таблице №18 представлены целевые ориентиры к концу 7-го года жизни.

**Таблица №18**

Группа/возраст	К концу года дети могут
----------------	-------------------------

<p><b>Подготовительная группа к школе (6 - 7 лет)</b></p>	<p><b>В результате, к концу 7 года жизни,</b> ребенок результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием выполняет физические упражнения, музыкально-ритмические упражнения и их комбинации с пособиями и без, осваивает элементы спортивных игр по возрасту, проявляет психофизические качества, меткость, гибкость, глазомер, сохраняет равновесие, правильную осанку, свободно ориентируется в пространстве без ориентиров; осуществляет самоконтроль, может дать оценку выполнения упражнений другими детьми; проявляет двигательное творчество, может придумать комбинации движений в общеразвивающих упражнениях и подвижных играх, с удовольствием импровизирует; активно и с желанием участвует в подвижных играх и эстафетах, проявляет инициативу, может их самостоятельно организовать и провести со сверстниками и младшими детьми; проявляет инициативу, находчивость, морально-нравственные и волевые качества (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.), оказывает помощь товарищам, стремится к личной и командной победе, демонстрирует ответственность перед командой, преодолевает трудности; осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности, имеет начальные представления о правилах здорового образа жизни, мерах укрепления здоровья и профилактики, организме человека, некоторых видах спорта и спортивных достижениях, знает, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье, соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности и во время пеших туристских прогулок и экскурсий, владеет навыками личной гигиены, может определить и описать свое самочувствие; стремится оказать помощь и поддержку больным людям, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.</p>
---	---

### **2.3. Основные требования по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»**

При реализации рабочей программы по физическому развитию в образовательной деятельности, в режимных моментах, при организации активного отдыха, туристических походах и прогулках педагоги ДОО особое

#### **В младшем дошкольном возрасте от 3 до 4 лет.**

- формированию умения выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях;

- выполнять ОРУ, музыкально-ритмические упражнения;
- созданию условия для освоения ОВД и спортивных упражнений, организации подвижных игр, помощи детям выполнять движения естественно, согласованно, сохраняя равновесие;
- формированию умения слышать указания педагога, принимать исходные положения, реагировать на зрительные и звуковые сигналы, начинать и заканчивать движение по сигналу, соблюдать правила в подвижных играх;
- организации активного отдыха, приобщению детей к ЗОЖ, овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитанию полезных для здоровья привычек.

**В среднем дошкольном возрасте от 4 до 5 лет.**

- формированию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств;
- обучению точно принимать исходные положения, поддержанию стремления соблюдать технику выполнения упражнений, правил в подвижных играх;
- умению слушать и слышать указания педагога, ориентироваться на словесную инструкцию и зрительно-слуховые ориентиры;
- развитию умения использовать движения в самостоятельной двигательной деятельности, импровизировать, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, проявлять целеустремленность и упорство в достижении цели;
- овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формированию представлений о правилах поведения в двигательной деятельности, закреплению полезных привычек, способствующих укреплению и сохранению здоровья.

**В старшем дошкольном возрасте от 5 до 6 лет.**

- развитию и совершенствованию двигательных умений и навыков, психофизических качеств и способностей, обогащению двигательного опыта

детей разнообразными физическими и музыкально-ритмическими упражнениями;

- поддержке детской инициативы, формированию стремления творчески использовать упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;

- закреплению умения самостоятельно точно, технично выразительно выполнять упражнения под счет, ритм, музыку, по показу и по словесной инструкции, осуществлять самоконтроль и самооценку выполнения упражнений;

- обучению подвижным играм, элементам спортивных игр, играм-эстафетам;

- поощрению стремления выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил, преодолевать препятствия, проявлять нравственно-волевые качества, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками;

- расширению и закреплению представлений о здоровье, ЗОЖ, формированию элементарных представлений (на доступном уровне) об организме человека, о разных формах активного отдыха, включая туризм, формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности;

- организует для детей и родителей туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

#### **В старшем дошкольном возрасте от 6 до 7 лет.**

- закреплению и совершенствованию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качества и способностей;

- созданию условий для дальнейшего закрепления и совершенствования навыков выполнения ОВД и их комбинаций, ОРУ, спортивных упражнений, освоению элементов спортивных игр, игр-эстафет, музыкально-ритмических упражнений;

- обучению выполнять упражнения под счет, ритмично, в соответствии с разнообразным характером музыки, а также технично, точно, выразительно выполнять движения.
- обучению детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и оценку выполнения упражнений;
- поддержанию стремления творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности, организовывать и придумывать подвижные игры, ОРУ, комбинировать движения, импровизировать;
- приобщение детей к ЗОЖ: расширение и уточнение представлений о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, мерах профилактики болезней, поддержание интереса к физической культуре, спорту, активному отдыху, воспитание полезных привычек, осознанного, заботливого, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

## **2.4. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы**

Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

### **2.4.1. Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию**

В соответствии с ФГОС ДО, ФОП основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО:

- образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности;

- образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных процессов;
- самостоятельная деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации рабочей программы по физическому развитию.

#### **2.4.2. Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО**

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации ОД по физическому развитию в ДОО соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Проведение спортивных соревнований туристических походов, занятий в плавательных бассейнах обеспечиваются присутствием медицинского работника. Проведение туристических походов с выходом за территорию ДОО оформляются приказом заведующего ДОО, в соответствии с нормативными актами, разработанными в ДОО.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В

дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

### **2.4.3. Средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников**

При реализации рабочей программы для развития двигательной деятельности используются следующие средства: спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

Примерный перечень (См. Таблица №19).

#### **Перечень спортивного оборудования и инвентаря для реализации двигательной деятельности**

**Таблица №19**

<b>№ п/п.</b>	<b>Наименование спортивного оборудования и инвентаря</b>	<b>Количество (шт.)</b>
<b>Спортивное оборудование:</b>		
1.	Баскетбольные щиты	2
2.	Велосипед	10
3.	Ворота для подлезания	4
4.	Гимнастическая лестница	4
5.	Гимнастическая скамейка	4
6.	Гимнастические маты	2
7.	Канат	1
8.	Координационная лестница	6
9.	Мягкие модули	35
10.	Наклонная доска	4
11.	Самокат	4
12.	Спортивный уголок	1
13.	Фит-болл	20
<b>Спортивный инвентарь:</b>		
1.	Гимнастическая палка	30
2.	Гимнастический обруч	30
3.	Кегли	2 набора
4.	Конусы для разметки	8
5.	Кубики мягкие	30
6.	Кубики пластмассовые	30
7.	Массажная полусфера	30
8.	Массажный коврик	30
9.	Мешок для метания	30
10.	Мяч 25 см	30
11.	Мяч 7 см	30
12.	Мяч массажный	30
13.	Набивной мяч 0,5 кг	15
14.	Набивной мяч 1 кг	15

15.	Обруч	30
16.	Скакалка длинная	2
17.	Скакалка короткая	30
18.	Флажок	60

#### 2.4.4. Методы реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ ЗОЖ традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

(См. Таблицу №20).

**Таблица №20**

№ п/п.	Название методов	Описание методов
1.	<b>Вербальные методы (словесные):</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях;</li> <li>- название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.</li> </ul>
2.	<b>Наглядные методы:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике;</li> <li>- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);</li> <li>- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);</li> <li>- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).</li> </ul>
3.	<b>Практические методы:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений;</li> <li>- применяются для создания мышечно-</li> </ul>



		<p>двигательных представлений о физических упражнениях и закреплению двигательных навыков и умений.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- закреплению двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях.</li> <li>- при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). <i>Соревновательный метод</i>: повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях.</li> </ul>
4.	<b>Информационно-рецептивный метод:</b>	- предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентации, рассказы педагогов или детей, чтение).
5.	<b>Репродуктивный метод:</b>	- создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель).
6.	<b>Метод проблемного изложения:</b>	- постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений.
7.	<b>Эвристический метод (частично-поисковый):</b>	- проблемная задача делится на части - проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях).
8.	<b>Исследовательский метод:</b>	- составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование).

Выбор форм, методов, средств реализации рабочей программы по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательным потребностям предпочтениях детей. Их соотношение и

интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации рабочей программы.

## **2.5. Взаимодействие педагогов**

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие инструктора по физической культуре со всеми участниками образовательного процесса – с администрацией ДОО, воспитателями, младшими воспитателями, педагогом-психологом, музыкальным руководителем, учителем-логопедом, медицинским персоналом и с родителями.

### **1. Взаимодействие с администрацией ДОО.**

Заведующий детским садом и заместитель заведующего по УВР обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнерами.

### **2. Взаимодействие с воспитателями**

Инструктор по физической культуре оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению.

В образовательной деятельности инструктор по физической культуре проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку и т.д.

## **План взаимодействия инструктора по физической культуре**

**с воспитателями детей младшего дошкольного возраста**

**Таблица №21**

<b>№ п/п.</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>
1.	Ознакомление педагогов с результатами диагностики физической подготовленности детей.	Сентябрь Май	Инструктор по физической культуре
2.	Разработка рекомендаций и по индивидуальной работе на учебный год и на летний период с детьми, имеющими отклонение в состоянии здоровья (на основании тестовой диагностики).	Сентябрь Май	Инструктор по физической культуре
3.	Проведение Консультации для воспитателей на тему: «Взаимодействие инструктора с педагогами ДОО по вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья детей».	Сентябрь Май	Инструктор по физической культуре
4.	Разработка сценариев для проведения физкультурных развлечений.	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
5.	Составление картотек подвижных и малоподвижных игр на прогулке, для детей.	Октябрь	Инструктор по физической культуре
6.	Изготовление информационных буклетов о здоровом образе жизни.	Октябрь Ноябрь	Инструктор по физической культуре
7.	Подобрать комплексы утренних и после сна гимнастик для детей.	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
8.	Открытый показ физкультурного занятия с элементами русских народных подвижных игр для педагогов.	Декабрь	Инструктор по физической культуре
9.	Мастер-класс «Будем играть здоровье укреплять».	Январь	Инструктор по физической культуре
10.	Смотр-конкурс «Зимний участок - территория здоровья» постройки из снега. (если позволяют климатические условия).	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
11.	Проведение Консультации на тему: «Воздействие подвижных игр с элементами спорта на развитие особенностей детей».	Март	Инструктор по физической культуре

12.	Конкурс на «Лучший физкультурный уголок в группе».	Апрель	Воспитатели групп
13.	Проведение Консультации на тему: «Особенности организации физкультурно-оздоровительной работы в летний период с детьми».	Май	Инструктор по физической культуре
14.	Пополнение предметно-развивающей среды в физкультурных уголках нестандартным физкультурным оборудованием.	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
15.	Проведение ознакомление педагогов с новинками методической литературы по физкультурно-оздоровительному направлению.	В течение года	Инструктор по физической культуре
16.	Участие в педагогических советах.	В течение года	Инструктор Воспитатели
17.	Регулярно информировать о физкультурно-оздоровительной работе.	В течение года	Инструктор по физической культуре
18.	Подготовка совместных развлечений.	В течение года	Инструктор Воспитатели
19.	Физкультурно-оздоровительная работа». Занятия - «Здоровый педагог».	В течение года	Инструктор Воспитатели групп

**План взаимодействия инструктора по физической культуре  
с воспитателями детей среднего и старшего дошкольного возраста**

**Таблица №22**

<b>№ п/п.</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>
1.	Ознакомление педагогов с результатами диагностики физической подготовленности детей.	Сентябрь Май	Инструктор по физической культуре
2.	Разработка рекомендаций и по индивидуальной работе на учебный год и на летний период с детьми, имеющими отклонение в состоянии здоровья (на основании тестовой диагностики).	Сентябрь Май	Инструктор по физической культуре
3.	Проведение Консультации для воспитателей на тему: «Взаимодействие инструктора с педагогами ДОУ по вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья детей».	Сентябрь Май	Инструктор по физической культуре
4.	Разработка сценариев для проведения спортивных мероприятий.	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
5.	Составление карточек подвижных и малоподвижных игр на прогулке, для детей.	Октябрь	Инструктор по физической культуре
6.	Изготовление информационных буклетов о здоровом образе жизни.	Октябрь Ноябрь	Инструктор по физической культуре
7.	Подобрать комплексы утренних и после сна гимнастик для детей.	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
8.	Открытый показ физкультурного занятия с элементами русских народных подвижных игр для педагогов.	Декабрь	Инструктор по физической культуре
9.	Мастер-класс «Будем играть здоровье укреплять».	Январь	Инструктор по физической культуре
10.	Смотр-конкурс «Зимний участок-территория здоровья» постройки из снега.	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
11.	Проведение Консультации	Март	Инструктор

	на тему: «Воздействие подвижных игр с элементами спорта на развитие особенностей детей».		по физической культуре
12.	Конкурс на «Лучший физкультурный уголок в группе».	Апрель	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
13.	Проведение Консультации на тему: «Особенности организации физкультурно-оздоровительной работы в летний период с детьми».	Май	Инструктор по физической культуре
14.	Пополнение предметно-развивающей среды в физкультурных уголках нестандартным физкультурным оборудованием.	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
15.	Проведение ознакомление педагогов с новинками методической литературы по физкультурно-оздоровительному направлению.	В течение года	Инструктор по физической культуре
16.	Участие в педагогических советах по плану Муниципального общеобразовательного учреждения	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
17.	Регулярно информировать о спортивных мероприятиях и физкультурно-оздоровительной работе.	В течение года	Инструктор по физической культуре
18.	Подготовка совместных праздников и развлечений.	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
19.	Физкультурно-оздоровительная работа». Занятия - «Здоровый педагог».	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп

### **3.Взаимодействие с младшим воспитателем**

Способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований при организации работы по физическому развитию дошкольников.

### **4. Взаимодействие с педагогом-психологом**

Дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, поэтому необходимо сотрудничество с педагогом- психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной

утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

В физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

План взаимодействия (См. Таблицу №23)

**План взаимодействия инструктора по физической культуре  
с педагогом-психологом**

**Таблица №23**

<b>№ п/п.</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>
1.	Обследование уровня развития двигательной сферы детей, сформированности движений и пространственных представлений.	Сентябрь Май	Педагог-психолог Инструктор по физической культуре
2.	Беседа с инструктором: Диагностика интереса к физическим упражнениям.	Октябрь	Педагог-психолог
3.	Изучение психофизиологических особенностей детей, их интересов и целью выработки рекомендаций и проведения индивидуальных занятий.	Октябрь	Педагог-психолог Инструктор по физической культуре
4.	Консультация для инструктора на тему: «Упражнения для развития мелкой моторики» и оформление памятки для родителей.	Ноябрь	Педагог-психолог
5.	Консультация для инструктора на тему: «Психолого – педагогические аспекты двигательного развития ребёнка».	Декабрь	Педагог-психолог
6.	«О здоровье всерьёз» Помощь в подготовке консультации для проведения родительского собрания.	Январь	Педагог-психолог Инструктор по физической культуре
7.	Консультация для инструктора на тему: «Развитие двигательных умений и навыков у дошкольников через подвижные игры».	февраль	Педагог-психолог
8.	Ознакомление и внедрение комплексов упражнений, направленных на развитие координации движений.	В течение года	Педагог-психолог Инструктор по физической культуре
9.	Рекомендации для инструктора На тему: «Дети с отклонениями в физическом развитии».	В течение года	Педагог-психолог

## 5. Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма.

Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.

План взаимодействия (См. Таблицу №24)

### План взаимодействия инструктора по физической культуре с музыкальным руководителем

Таблица №24

№ п/п.	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Подбор музыки для использования ее в образовательной деятельности в режимных моментах (утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры и т.д.).	В течение года	Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре
2.	Закрепление танцевальных шагов в физкультурных занятиях.	В течение года	Инструктор по физической культуре
3.	Подбор игр соревновательного характера для музыкальных праздников.	В течение года	Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре
4.	Помощь в подготовке и проведении праздников.	В течение года	Инструктор по физической культуре
5.	Использование на физкультурных	В течение	Инструктор по



	занятиях танцевальных шагов: боковой галоп, пружинящий шаг, приставной и переменный шаги.	года	физической культуре
6.	Подбор музыкального сопровождения для спортивных праздников и физкультурных досугов.	В течение года	Музыкальный руководитель

## 6. Взаимодействие с учителем - логопедом

Совместно с учителем-логопедом подбирают комплексы ОРУ в сочетании речь с движением и т.п. План взаимодействия (См. Таблицу №25)

### План взаимодействия инструктора по физической культуре с учителем - логопедом

Таблица №25

№ п/п.	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Ознакомление инструктора по физической культуре с некоторыми приёмами постановки звуков у детей.	Октябрь	Учитель-логопед
2.	Беседа с инструктором по физической культуре на тему: «Особенности речевого и психофизического развития детей с речевыми нарушениями».	Апрель	Учитель-логопед
3.	Практические и теоретические рекомендации инструктору по физической культуре по осуществлению коррекционно-логопедических мероприятий во время летнего периода.	Май	Учитель-логопед
4.	Помощь учителя - логопеда в подготовке спортивных праздников (подборка игр-речь с движениями).	В течение года	Учитель-логопед
5.	Помощь учителя - логопеда в подготовке спортивных праздников (подборке карточек игр и форм двигательной активности с движениями).	В течение года	Учитель-логопед
6.	Подбор методической литературы, пособий и репертуара для обеспечения эффективного взаимодействия учителя-логопеда и инструктора.	В течение года	Учитель-логопед Инструктор по физической культуре
7.	Индивидуальная беседа с инструктором по физической культуре о динамике развития двигательной активности детей с нарушениями речи.	В течение учебного года	Учитель-логопед

## **7. Взаимодействие с медицинским персоналом**

В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.

### **2.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы**

Коррекционно-развивающая работа или инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении образовательной программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Коррекционно-развивающая работа представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития.

Коррекционно-развивающую работу в ДОО осуществляют педагоги-психологи, дефектологи, логопеды, другие педагоги (воспитатели, инструктор по физкультуре, и т.д.)

Реализация коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ОВЗ и детьми - инвалидами согласно нозологическим группам, осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДО. Коррекционно-развивающая работа с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами (при наличии) предусматривает предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами

коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитарных функций, не поддающихся коррекции, в том числе с использования ассистивных технологий.

## **2.7. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.**

### **Образовательная деятельность в ДОО включает:**

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (предметной, игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, двигательной);
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДОО.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность детей, педагога и детей, самостоятельная детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности.

Согласно требованиям СанПиН, в режиме дня ДОО предусмотрено время для проведения занятий.

## **2.8. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках образовательной области «Физическое развитие»**

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОО является «установление доверительного делового контакта» между семьёй и ДОО.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьёй, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями.

В соответствии с ФОП в ДОО организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укреплении их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДОО.

### **План работы с родителями детей раннего дошкольного возраста**

**Таблица №26**

<b>№ п/п.</b>	<b>Форма и содержание работы</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>
1.	Консультация на тему: «Чего не рекомендуется делать в дошкольном возрасте».	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
	Выступление на родительском собрании с темой: О физкультурно-оздоровительной работе проводимой с детьми в течение учебного года.	В течение года	Инструктор по физической культуре
2.	Консультация на тему: «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой».	Октябрь	Инструктор по физической культуре
	Выставка рисунков с родителями «Осенняя спортивная пора».		Инструктор по физической культуре
3.	Консультация на тему: «Весёлая физкультура в семье».	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
	Организовать информационную галерею-стендов «Физическое развитие дошкольника».	Ноябрь	Инструктор по физической культуре

	Предоставление наглядной информации: на стенде «Физкульт – новости» (Фото, картинки, дипломы и т.д.).	В течение года	Инструктор по физической культуре
4.	Консультация на тему: «Подвижная игра с правилами».	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Оформление спортивного стенда с информацией для родителей.	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Индивидуальные рекомендации по физическому развитию.	В течение года	Инструктор по физической культуре
5.	Консультация на тему: «Спортивный уголок дома».	Январь	Инструктор по физической культуре
	Провести физкультурные досуги согласно перспективному плану для детей раннего возраста.	В течение года	Инструктор по физической культуре
6.	Консультация на тему: «Подвижные игры на свежем воздухе в зимний период для родителей с детьми».	Февраль	Инструктор по физической культуре
7.	Консультация на тему: «Совместные занятия спортом детей и родителей».	Март	Инструктор по физической культуре
	Пополнять предметно-развивающую среду в физкультурном зале нестандартным оборудованием.	В течение года	Инструктор по физической культуре
8.	Консультация на тему: «Значение игр и игр-упражнений с мячом во всестороннем развитии ребенка».	Апрель	Инструктор по физической культуре
9.	Консультация на тему: «Летний отдых и оздоровление детей»	Май	Инструктор по физической культуре
	Выставка семейных рисунков - «Моя спортивная семья».	Май	Инструктор по физической культуре
10.	Развитие непосредственного вовлечения родителей в образовательный и воспитательный процесс ДОУ на основе создания совместных образовательных проектов с целью дальнейшей успешной социализации воспитанников.	В течение года	Инструктор по физической культуре

### **План работы с родителями детей младшего дошкольного возраста**

Таблица №27

№ п/п.	Форма и содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Консультация на тему: «Чего нельзя делать в дошкольном возрасте».	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
	Выступление на родительском собрании с темой: О физкультурно-оздоровительной работе проводимой с детьми в течение учебного года.	В течение года	Инструктор по физической культуре
2.	Консультация на тему: «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой».	Октябрь	Инструктор по физической культуре
	Выставка рисунков с родителями «Осенняя спортивная пора».		Инструктор по физической культуре
3.	Консультация на тему: «Весёлая физкультура в семье».	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
	Организовать информационную галерею-стендов «Физическое развитие дошкольника».	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
	Предоставление наглядной информации: на стенде «Физкульт – новости» (Фото, картинки, дипломы и т.д.).	В течение года	Инструктор по физической культуре
4.	Консультация на тему: «Подвижная игра с правилами».	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Оформление спортивного стенда с информацией для родителей.	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Индивидуальные рекомендации и беседы по физическому развитию.	В течение года	Инструктор по физической культуре
5.	Консультация на тему: «Спортивный уголок дома».	Январь	Инструктор по физической культуре
	Провести физкультурные досуги и спортивные праздники согласно перспективному плану для детей.	В течение года	Инструктор по физической культуре
6.	Консультация на тему: «Подвижные игры на свежем воздухе в зимний период для родителей с детьми».	Февраль	Инструктор по физической культуре

7.	Консультация на тему: «Совместные занятия спортом детей и родителей».	Март	Инструктор по физической культуре
	Пополнять предметно-развивающую среду в физкультурном зале нестандартным оборудованием.	В течение года	Инструктор по физической культуре
8.	Консультация на тему: «Значение игр и игр-упражнений с мячом во всестороннем развитии ребенка».	Апрель	Инструктор по физической культуре
9.	Консультация на тему: «Летний отдых и оздоровление детей»	Май	Инструктор по физической культуре
	Выставка семейных рисунков - «Моя спортивная семья».	Май	Инструктор по физической культуре
10.	Развитие непосредственного вовлечения родителей в образовательный и воспитательный процесс ДОУ на основе создания совместных образовательных проектов с целью дальнейшей успешной социализации воспитанников.	В течение года	Инструктор по физической культуре
	Привлечение родителей к участию в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях.	В течение года	Инструктор по физической культуре
11.	Предоставления рекомендаций по физическому развитию детей, в групповые уголки.	В течение года	Инструктор по физической культуре

### План работы с родителями детей среднего дошкольного возраста

Таблица №28

№ п/п.	Форма и содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Консультация на тему: «Чего нельзя делать в дошкольном возрасте».	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
	Выступление на родительском собрании с темой: О физкультурно-оздоровительной работе проводимой с детьми в течение учебного года.	В течение года	Инструктор по физической культуре

2.	Консультация на тему: «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой».	Октябрь	Инструктор по физической культуре
	Выставка рисунков с родителями «Осенняя спортивная пора».		Инструктор по физической культуре
3.	Консультация на тему: «Весёлая физкультура в семье».	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
	Организовать информационную галерею-стендов «Физическое развитие дошкольника».	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
	Предоставление наглядной информации: на стенде «Физкульт – новости» (Фото, картинки, дипломы и т.д.).	В течение года	Инструктор по физической культуре
4.	Консультация на тему: «Подвижная игра с правилами».	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Оформление спортивного стенда с информацией для родителей.	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Индивидуальные рекомендации и беседы по физическому развитию.	В течение года	Инструктор по физической культуре
5.	Консультация на тему: «Спортивный уголок дома».	Январь	Инструктор по физической культуре
	Провести физкультурные досуги и спортивные праздники согласно перспективному плану для детей средней группы.	В течение года	Инструктор по физической культуре
6.	Консультация на тему: «Подвижные игры на свежем воздухе в зимний период для родителей с детьми».	Февраль	Инструктор по физической культуре
7.	Консультация на тему: «Совместные занятия спортом детей и родителей».	Март	Инструктор по физической культуре
	Пополнять предметно-развивающую среду в физкультурном зале нестандартным оборудованием.	В течение года	Инструктор по физической культуре
8.	Консультация на тему: «Значение игр и игр-упражнений с мячом во всестороннем развитии ребенка».	Апрель	Инструктор по физической культуре
9.	Консультация на тему:	Май	Инструктор по



	«Летний отдых и оздоровление детей»		физической культуре
	Выставка семейных рисунков - «Моя спортивная семья».	Май	Инструктор по физической культуре
10.	Развитие непосредственного вовлечения родителей в образовательный и воспитательный процесс ДОУ на основе создания совместных образовательных проектов с целью дальнейшей успешной социализации воспитанников.	В течение года	Инструктор по физической культуре
	Привлечение родителей к участию в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях.	В течение года	Инструктор по физической культуре
11.	Предоставления рекомендаций по физическому развитию детей средних групп, в групповые уголки.	В течение года	Инструктор по физической культуре

### План работы с родителями детей старшего дошкольного возраста

Таблица №29

№ п/п.	Форма и содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Консультация на тему: «Роль семьи в воспитании здорового образа ребенка».	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
	Выступление на родительском собрании с темой: О физкультурно-оздоровительной работе проводимой с детьми в течение учебного года.	В течение года	Инструктор по физической культуре
2.	Консультация на тему: «Подвижная игра с правилами».	Октябрь	Инструктор по физической культуре
	Подготовка и изготовление пособий к физкультурным занятиям и развлечениям.	В течение года	Инструктор по физической культуре
	Раздача буклетов на тему: «Занятия спортом в любое время года».	Октябрь	Инструктор по физической культуре
3.	Консультация на тему: «Профилактика плоскостопия».	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
	Провести Дни открытых занятий (Посещение физкультурных занятий).	Ноябрь	Инструктор по физической культуре

			культуре
	Предоставление наглядной информации: на стенде «Физкульт – новости» (Фото, картинки, дипломы и т.д.).	В течение года	Инструктор по физической культуре
4.	Консультация на тему: «Как выбрать вид спорта».	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Оформление спортивного стенда с информацией для родителей и воспитателей.	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Индивидуальные рекомендации и беседы по физическому развитию.	В течение года	Инструктор по физической культуре
5.	Консультация на тему: «Движение - основа здоровья».	Январь	Инструктор по физической культуре
	Провести физкультурные досуги и спортивные праздники согласно перспективному плану для детей старшей группы.	В течение года	Инструктор по физической культуре
6.	Консультация на тему: «Подвижные игры на свежем воздухе в зимний период для родителей с детьми».	Февраль	Инструктор по физической культуре
	Провести Фотовыставку «Олимпийские надежды нынче ходят в детский сад».	Февраль	Инструктор по физической культуре
7.	Консультация на тему: «Совместные занятия спортом детей и родителей».	Март	Инструктор по физической культуре
8.	Консультация на тему: «Оздоровление детей».	Апрель	Инструктор по физической культуре
	День здоровья (беседы, викторины, подвижные игры, эстафеты).	В течение года	Инструктор по физической культуре
9.	Консультация на тему: «Летний отдых и оздоровление детей».	Май	Инструктор по физической культуре
	Семейный фотоконкурс – «Моя спортивная семья».	Май	Инструктор по физической культуре
	Фотовыставка «Наши достижения».	Май	Инструктор по физической культуре
10.	Развитие непосредственного вовлечения родителей в	В течение года	Инструктор по физической культуре

	образовательный и воспитательный процесс ДОУ на основе создания совместных образовательных проектов с целью дальнейшей успешной социализации воспитанников.		культуре
	Привлечение родителей к участию в спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях.	В течение года	Инструктор по физической культуре
11.	Предоставления рекомендаций по физическому развитию детей, старших групп, в групповые уголки.	В течение года	Инструктор по физической культуре

### **3. Организационный раздел**

#### **3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Развивающая предметно-пространственная среда-часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. ДОО Развивающая предметно-пространственная среда выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

Развивающая предметно-пространственная среда представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория ДОО), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной творческой деятельности детей.

Развивающая предметно-пространственная среда ДОО создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда ДОО создано как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне

его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

**При проектировании РППС ДОО необходимо учитывать:**

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно - климатические условия, в которых находится ДОО;
- возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности, содержание воспитания и образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и т.п.).

**Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОО необходимо чтобы был:**

- физкультурный зал;
- физкультурные центры в групповых помещениях;
- спортивная площадка на территории ДОО.

**3.2. Материально-техническое обеспечение рабочей программы по реализации образовательной области «Физическое развитие»**

Для реализации образовательной программы в ДОО в соответствии с ФОП созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию;
- выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха;

- выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;
- возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей- инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО.

При проведении закупок спортивного оборудования, инвентаря ДОО руководствуется нормами и законодательством РФ.

#### **Используемые материалы:**

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Приказ Министерства просвещения от 25. 11. 2022 г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Министерства образования и науки от 17 октября 2013 г. № 1155
3. СанПиН – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
4. Основная образовательная программа ДОО.
5. Инновационная программа дошкольного образования./ Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – 6-е изд., испр. и доп.-М: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. –с. 336.
6. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста/Сост. Н.А. Ноткина, Л. И. Казьмина, Н.Н. Бойнович.- Спб.: Изд-во Акцидент, 1995.-36 с.
7. Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста. - М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017. - 88 с.

8. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021.-112 с.
9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021.-160 с.
10. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.-192 с.
11. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. - 2- изд., испр. и доп.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.-160 с.
12. Э.Я. Степаненкова. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет.-2-е изд., испр. и доп.– М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2021. – 168 с.
- Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:**
1. Адашквичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва «Просвещение» 1992 г.
  2. Белая К. Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
  3. Борисова М.М., Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
  4. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
  5. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей. – М.: Издательство “ГНОМ и Д”, 2004.
  6. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. – М., ФиС., 1987.
  7. Глосович Б., Постников А. Бадминтон для детей. М: Просвещение, 1962.
  8. Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
  9. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022 г.

10. Павлова Т.Н. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. – М.: 2012.

**Приложения к рабочей программе по реализации образовательной  
области «Физическое развитие»:**

1. Двигательный режим детей раннего и дошкольного возраста;
2. Расписание образовательной деятельности по физическому развитию;
3. Перспективное и календарное планирование освоения основных движений;
4. План проведения досуговых мероприятий и праздников.

## Режим двигательной активности на 2023-2024 учебный год

### Приложение №1

№ п/п	Формы организации двигательной деятельности	Группы, особенности организации, продолжительность									
		1-я младшая		2-я младшая		Средняя		Старшая		Подготовительная	
		в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю
1.	Утренняя гимнастика	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.
2.	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	30 мин	3 раза в неделю	45 мин.	3 раза в неделю	60 мин.	3 раза в неделю	75 мин.	3 раза в неделю	90 мин.
3.	Физкультминутки	1-2 мин.	5-10 мин.	2 мин.	10 мин.	2 мин.	10 мин.	4 мин.	20 мин.	4 мин.	20 мин.
4.	Музыкальные занятия (музыкально-ритмические движения, игры)	2 раза в неделю	8-10 мин.	2 раза в неделю	8-10 мин.	2 раза в неделю	10-12 мин.	2 раза в неделю	10-12 мин.	2 раза в неделю	12-14 мин.
5.	Подвижные игры, спортивные упражнения	8-10 мин.	40-50 мин.	8-10 мин.	40-50 мин.	15 мин.	75 мин.	15-20 мин.	75-90 мин.	20-25 мин.	100-125 мин.
6.	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке, спортивные игры	10-15 мин.	50-75 мин.	10-15 мин.	50-75 мин.	15-20 мин.	75-100 мин.	15-20 мин.	75-100 мин.	20-25 мин.	100-125 мин.
7.	Гимнастика после дневного сна	4-5 мин.	20-25 мин.	4-5 мин.	20-25 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.
	Итого:	54 мин.	4 ч. 10 мин.	53 мин.	4 ч. 25 мин.	67 мин.	5 ч. 37 мин.	81 мин.	6 ч. 17 мин.	95 мин.	7 ч. 34 мин.



	<b>Активный отдых</b>										
1.	Физкультурные досуги, развлечения		1-2 раза в месяц 10-15 мин.		1-2 раза в месяц 15-20 мин.		1-2 раза в месяц 20-25 мин.		1-2 раза в месяц 25-30 мин.		1-2 раза в месяц 30-35 мин.
2.	День здоровья		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал
3.	Спортивный праздник		--		--		в качестве зрителей		2 раза в год		2 раза в год
4.	Туристские прогулки и экскурсии								1-1,5 ч.		1-2,5 ч.

**Перспективный план физкультурных досугов  
с детьми раннего возраста  
на 2023-2024 учебный год**

**Приложение №2**

<b>№ п/п.</b>	<b>Название физкультурных досугов</b>	<b>Месяц проведения</b>	<b>Ответственные</b>
<b>1.</b>	«Поиграем, малыши!»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>2.</b>	«Золотая осень»	Октябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>3.</b>	«Расскажем Зайке о правилах дорожного движения»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>4.</b>	«Прогулка в зимний лес»	Декабрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>5.</b>	«Зимнее приключение»	Январь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>6.</b>	«Дружная семья»	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>7.</b>	«В гости к белочке»	Март	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>8.</b>	«Чем доктор лечил Ваську»	Апрель	Инструктор по физической культуре

			Воспитатели
9.	«Мячик круглый есть у нас»	Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели
10.	«Мы встречаем праздник лета»	Июнь	Инструктор по физической культуре Воспитатели

**Перспективный план физкультурных досугов  
с детьми младшего дошкольного возраста  
на 2023-2024 учебный год**

**Приложение №3**

<b>№ п/п.</b>	<b>Название физкультурных досугов</b>	<b>Месяц проведения</b>	<b>Ответственные</b>
1.	«Весёлый праздник»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
2.	«День Здоровья»	Октябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
3.	«Занимашки»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
4.	«Новогодние каникулы	Декабрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
5.	«Весёлые котята»	Январь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
6.	«День Защитника Отечества»	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели
7.	«К нам пришла Матрёшка в гости	Март	Инструктор по физической культуре Воспитатели

<b>8.</b>	«Уложим мишку спать»	Апрель	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>9.</b>	«Весёлые воробышки»	Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>10.</b>	«Здравствуй лето»	Июнь	Инструктор по физической культуре Воспитатели

**Перспективный план физкультурных досугов  
с детьми среднего дошкольного возраста  
на 2023-2024 учебный год**

**Приложение №4**

<b>№ п/п.</b>	<b>Название физкультурных досугов</b>	<b>Месяц проведения</b>	<b>Ответственные</b>
<b>1.</b>	«Сентябрьские старты»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>2.</b>	«День здоровья»	Октябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>3.</b>	«В лес осенний мы пойдем к зверюшкам в гости попадем»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>4.</b>	«Путешествие зайчат в зимний лес»	Декабрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>5.</b>	«Зимние забавы с Белым медведем»	Январь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>6.</b>	«Зимние забеги»	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели

<b>7.</b>	«День подвижных игр»	Март	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>8.</b>	«Путешествие по дорогам города»	Апрель	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>9.</b>	Веселые старты «Ловкие ребята»	Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>10.</b>	Веселые старты «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	Июнь	Инструктор по физической культуре Воспитатели

**Перспективный план физкультурных досугов и спортивных праздников  
с детьми старшего дошкольного возраста (старшие группы)  
на 2023-2024 учебный год**

**Приложение №5**

<b>№ п/п.</b>	<b>Название физкультурных досугов и спортивных праздников</b>	<b>Месяц проведения</b>	<b>Ответственные</b>
<b>1.</b>	День знаний «Незнайка в гостях у ребят» (музыкально-спортивный праздник)	Сентябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>2.</b>	«Путешествие с Витаминкой в Страну Здоровья» (досуг)	Октябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>3.</b>	«Осенние старты» (досуг)	Ноябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>4.</b>	«Зимние забавы» (досуг)	Декабрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>5.</b>	«Снежные старты с Метелицей» (досуг)	Январь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>6.</b>	«День Защитника Отечества» посвященный 23 февраля (Физкультурно-музыкальный досуг)	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>7.</b>	«Весна пришла - весне дорогу» (досуг)	Март	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>8.</b>	«Будущие космонавты» (досуг)	Апрель	Инструктор по физической культуре
<b>9.</b>	Весенние старты «Школа мяча» (досуг)	Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>10.</b>	«Путешествие с Почемучкой на остров к Волшебнице Воде» (Музыкально-спортивный праздник)	Июнь	Инструктор по физической культуре Воспитатели

**Перспективный план физкультурных досугов и спортивных праздников  
с детьми старшего дошкольного возраста (подготовительные группы)  
на 2023-2024 учебный год**

**Приложение №6**

<b>№ п/п.</b>	<b>Название физкультурных досугов и спортивных праздников</b>	<b>Месяц проведения</b>	<b>Ответственные</b>
<b>1.</b>	День знаний «Путешествие в страну Знаний с АБВГДЕЙКОЙ» (музыкально-спортивный праздник)	Сентябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>2.</b>	«День здоровья» (досуг)	Октябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>3.</b>	«Осеннее ориентирование с Красной шапкой и Серым Волком» (досуг)	Ноябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>4.</b>	«Зимние старты» (досуг)	Декабрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>5.</b>	«Малые Зимние Олимпийские игры (досуг)	Январь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>6.</b>	«День Защитника Отечества» посвященный 23 февраля (Физкультурно-музыкальный досуг)	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>7.</b>	«Мамочка спортивная моя» (досуг)	Март	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>8.</b>	Веселые старты посвященные Всемирному Дню Здоровья (досуг)	Апрель	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>9.</b>	«Один день солдатской жизни» посвященный 79-летию победы в Великой Отечественной войне(досуг)	Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>10.</b>	Малые летние Олимпийские игры (праздник)	Июнь	Инструктор по физической культуре Воспитатели

**Календарно-тематическое планирование ОО  
в группе общеразвивающей направленности для детей от 3 до 4 лет**

Сентябрь

Недели	Задачи занятия в спортивном зале	Задачи занятия в спортивном зале
1 неделя	Обучать детей, прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперёд, расстояние 2-3м., ходьбе между двумя линиями (20см., 2-3м.) Развивать умения действовать по сигналу педагога, бегать в прямом направлении одновременно всей группой в П./И. «Бегите ко мне». Воспитывать интерес к физическим упражнениям.	Обучать детей, ходьбе по гимнастической скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой. Развивать координационные способности. Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И. «По ровненькой дорожке».
2 неделя	Обучать детей, ходьбе по гимнастической скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой. Развивать координационные способности. Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И. «По ровненькой дорожке».	Обучать детей, ходьбе по гимнастической скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой. Развивать координационные способности. Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И. «По ровненькой дорожке».
3 неделя	Учить детей прыжкам с высоты 15-20см., фиксировать внимание на мягкое приземление на полусогнутые ноги. Продолжать учить детей прокатыванию мяча в воротца, ширина которых 50-60см. Учить находить своё место при построении в шеренгу. Развивать умения действовать по сигналу педагога в П./И. «Воробышки и кот». Воспитывать смелость и самообладание в П./И. «Воробышки и кот».	Обучать детей перешагиванию через рейки гимнастической лестницы, положенной на пол. Продолжать учить детей бегать, не наталкиваясь друг на друга в П./И «Самолёты». Развивать координационные способности в ползание по наклонной доске приподнятым концом на высоту 20-30см. Воспитывать у детей умения преодолевать препятствия разными способами.
4 неделя	Продолжать обучать детей ходьбе по наклонной доске приподнятым одним концом на высоту 30см. Развивать координационные способности детей. Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила П./И «Лягушки».	Учить детей мягкому приземлению на полусогнутые ноги при прыжках с продвижением вперёд (из кружка в кружок). Закреплять навык ползанья по гимнастической скамейке. Развивать умения действовать по сигналу педагога в П./И «Наседка и цыплята». Воспитывать дружеские взаимоотношения в П./И «Наседка и цыплята».

1 неделя	Учить детей ловить мяч, брошенный педагогом на расстояние 70-100см. Продолжать учить детей бегать между двумя шнурами расстояние между ними 25-30см. Развивать выдержку и внимание в П./И «Лохматый пёс». Приучать детей действовать совместно, в общем, для всех темпе во время перестроений. Воспитывать у детей интерес и желание заниматься спортом.	Учить детей лазанию по гимнастической стенке высотой 1,5м. удобным способом. Развивать координационные способности детей. Приучать детей действовать совместно, в общем, для всех темпе во время перестроений. Воспитывать у детей умения ориентироваться в пространстве в П./И «Солнышко и дождик».
2 неделя	Учить детей прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперёд на расстояние 2-3м. Учить детей бегать легко на носочках. Учить детей согласовывать свои движения с ритмом стиха в П./И «По ровненькой дорожке». Приучать детей действовать совместно, в общем, для всех темпе во время перестроения (смыкания и размыкания в кругу обычным шагом назад, вперёд). Воспитывать интерес к физическим упражнениям.	Учить детей метанию в горизонтальную цель, расстояние 1,5-2м. Продолжать учить детей бегать легко на носочках. Продолжать приучать детей действовать совместно, в общем, для всех темпе во время перестроения (смыкание и размыкание в кругу шагом назад, вперёд). Развивать умения действовать по сигналу в П./И «Лохматый пёс». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.
3 неделя	Продолжать, учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги. Учить детей ходить змейкой между предметами. Закрепить навык лёгкого бега на носочках. Развивать координационные способности детей. Воспитывать самообладание и смелость в П./И «Мыши в кладовой».	Продолжать учить детей лазать по гимнастической стенке высота 1,5м. Учить детей ходьбе змейкой между предметами. Развивать выносливость в преодолении препятствий. Воспитывать у детей умения ориентироваться в пространстве в П./И «Воробышки и кот».
4 неделя	Продолжать учить детей ходьбе с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол. Учить детей бегать по извилистой дорожке ширина 25-50см., длина 5-6м. Совершенствовать навык ходьбы змейкой между предметами. Развивать умения действовать по сигналу педагога в П./И «Воробушки и кот». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.	Продолжать учить детей спрыгиванию с высоты 15-20см. Продолжать учить детей бегать по извилистой дорожке ширина 25-50см., длина 5-6м. Закрепить навык прокатывания мяча в воротца ширина 50-60см. Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила П./И «Птички в гнёздышках».



**Ноябрь**

1 неделя	<p>Учить детей метанию в горизонтальную цель расстояние 1,5-2 метра правой и левой рукой, перестраиваться в круг, бегать не наталкиваясь друг на друга в П./И «Самолёты». Закрепить навык на двух ногах на месте, с продвижением вперёд расстояние 2-3 метра. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с переходом на бег и на ходьбу); бега: (лёгкий, стремительный, с переходом на ходьбу). Развивать ловкость, прыжковую выносливость, двигательные реакции в упражнениях общеразвивающего характера с погремушками. Воспитывать у детей умения ориентироваться в пространстве в П./И «Солнышко и дождик».</p>	<p>Учить детей ползать на четвереньках между предметами, вокруг них. Продолжать учить детей бегать не наталкиваясь друг на друга в П./И «Самолёты». Закрепить навык ходьбы по наклонной доске высотой 30 см. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с переходом на бег и на ходьбу); бега: (лёгкий, стремительный, с переходом на ходьбу). Развивать ловкость, прыжковую выносливость, двигательные реакции в упражнениях общеразвивающего характера с погремушками. Воспитывать у детей умения ориентироваться в пространстве в П./И «Солнышко и дождик».</p>
2 неделя	<p>Продолжать учить детей метанию в горизонтальную цель расстояние 1,5-2 метра правой и левой рукой, прыжкам из кружка в кружок. Учить детей согласовывать свои движения с ритмом стиха в П./И «По ровненькой дорожке». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, с переходом на бег); бега: (лёгкий, с остановкой по сигналу). Развивать меткость, умение точно попадать в цель. Воспитывать у детей смелость, решительность при общих развивающих упражнений.</p>	<p>Учить детей ползанию на четвереньках по прямой расстояние 6 метров. Продолжать учить детей строиться в круг взявшись за руки с помощью И.М.П. «Пузырь». Закрепить навык прыжков на двух ногах на месте, с продвижением вперёд расстояние 2-3 метра. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, с переходом на бег); бега: (лёгкий, с остановкой по сигналу). Развивать меткость, умение точно попадать в цель. Воспитывать у детей смелость, решительность при общих развивающих упражнений, умения соблюдать элементарные правила П./И «Лягушки».</p>
3 неделя	<p>Учить детей бегать врассыпную по залу и перестраиваться в колонну друг за другом, бросать мяч об пол и ловить его 2-3 раза подряд без потери. Закрепить навык прыжков на двух ногах с продвижением вперёд расстояние 2-3 метра. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, в колонне друг за</p>	<p>Учить детей подлезанию под препятствие высотой 50 см. Продолжать учить детей бегать врассыпную по залу и перестраиваться в колонну друг за другом. Совершенствовать навык ходьбы по наклонной доске высотой 30 см. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, в колонне друг за другом, приставным шагом);</p>

	другом, приставным шагом); бега: (по извилистой дорожке шириной 25 см и длиной 5-6 метров). Развивать умения действовать по сигналу педагога в П./И «Наседка и цыплята». Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И «Самолёты».	бега: (по извилистой дорожке шириной 25 см и длиной 5-6 метров). Развивать умения действовать по сигналу педагога в П./И «Наседка и цыплята». Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И «Самолёты».
4 неделя	Учить детей прыжкам в длину с места через две линии расстояние между линиями 25-30 см. Продолжать учить детей ходьбе враспынную и построению в круг. Закрепить навык ходьбы с перешагиванием реек лестницы, положенной на пол. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, змейкой между предметами, приставным шагом); бега: (змейкой между предметами, с переходом на ходьбу). Развивать ловкость в П./И «Поймай комара». Воспитывать положительное отношение к коллективной деятельности.	Продолжать учить детей бросать мяч об пол и ловить его 2-3 раза подряд без потери, лазанию по гимнастической стенке высота 1,5 метра. Закрепит навык ходьбы враспынную по залу и построению в круг. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, змейкой между предметами, приставным шагом); бега: (змейкой между предметами, с переходом на ходьбу). Развивать ловкость в П./И «Поймай комара», двигательные реакции в упражнениях общего развивающего характера. Воспитывать положительное отношение к коллективной деятельности.

#### Декабрь

1 неделя	Учить детей прыжкам в длину с места расстояние 40 см. Продолжать учить детей ловить мяч, брошенный педагогом на расстоянии 70 – 100 см. Приучать детей действовать совместно, в общем, для всех темпе вовремя перестроении по два взявшись за руки. Совершенствовать навык ходьбы (обычным шагом, на носочках, с высоким подниманием колен), бега (обычный, с заданием, с остановкой по сигналу). Развивать координационные способности, внимание. Учить детей реагировать на зрительный сигнал в П./И «Трамвай». Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И «Лягушки».	Учить детей лазанью по лесенке - стремянки любым удобным способом. Развивать координационные способности детей в медленном кружении в обе стороны. Совершенствовать навык ходьбы (обычным шагом, на носочках, с высоким подниманием колен), бега (обычный, с заданием, с остановкой по сигналу). Учить детей синтезировать приобретённые умения отталкиваться двумя ногами с продвижением вперёд в П./И «Лягушки».
2 неделя	Учить детей прыжкам через линию, шнур, положенный на пол в количестве 4-6 линий, двумя ногами вместе. Продолжать обучать детей строиться по два взявшись за руки. Совершенствовать навык ходьбы (обычным шагом, на носочках, с высоким со сменой направления), бега (обычный, с заданием, с изменением направления). Развивать прыжковую выносливость в П./И	Продолжать учить детей лазанью на четвереньках между предметами и вокруг них. Закрепит навык построения по два, взявшись за руки. Совершенствовать навык ходьбы (обычным шагом, на носочках, с высоким со сменой направления), бега (обычный, с заданием, с изменением направления). Развивать прыжковую выносливость в П./И «Лягушки», внимание и координационные способности.

	«Лягушки», внимание и координационные способности. Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И «Лягушки». Учить детей быстро реагировать на сигнал в П./И «Птички в гнёздышке».	Закреплять умения ориентироваться в пространстве в П./И «Птички в гнёздышке». Воспитывать положительное отношение к своему здоровью.
3 неделя	Учить детей подлазанию в обруч, лицом вперёд прогибая спину, поочерёдно вынося то правую, то левую ногу. Закрепить навык лазания по гимнастической стенке высота 1,5 м удобным способом для ребёнка. Совершенствовать навык: ходьбы по наклонной доске высота 30см.; ходьбы (обычная, со сменой направления, с выполнением задания, с остановкой по сигналу). Развивать выносливость в беге в медленном темпе в течение 50-60 секунд. Учить детей ориентироваться в пространстве зала в П./И «Найди свой цвет». Совершенствовать навык подлезание под дугой высота 50см. без помощи рук на ступнях в П./И «Кролики». Воспитывать интерес к занятиям спортом.	Учить детей действовать после слов в П./И «Кролики». Приучать детей бегать легко естественно размахивая руками в П./И «Птичка и птенчики». Развивать быстроту реакции на звуковой сигнал в П./И «Найди свой цвет». Воспитывать самообладание и смелость И.М.П. «Лохматый пёс», любовь к здоровому образу жизни и подвижным играм.
4 неделя	Продолжать учить детей подлезание под препятствие высотой 50см. Развивать прыжковую выносливость в прыжках через линию, шнур положенных на пол в количестве 4-6 штук. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, с высоким подниманием колен, с заданием – приседанием), бега (обычный, с заданием – бежать по сигналу в указанное место). Учить детей выполнять роль ведущего в П./И «Мыши в кладовой». Воспитывать положительное отношение к коллективной деятельности.	Учить детей навыку метанию на дальность правой и левой рукой расстояние 2,5 – 3 метра. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, с высоким подниманием колен, с заданием – приседанием), бега (обычный, с заданием – бежать по сигналу в указанное место). Учить детей быстро реагировать на сигнал педагога в П./И «Мыши в кладовой». Развивать глазомер и выдержку в П./И «Прокати и сбеги кеглю». Воспитывать дружеские взаимоотношения время подвижных игр, О.Р.У.

### Январь

3 неделя	Продолжать учить детей прыжкам в длину с места расстояние 40см., фиксировать внимание на исходное положение. Закрепить подлезание под препятствие 50см. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, по залу друг за другом, змейкой между предметов), бега (обычный, на носочках, с изменением направления). Продолжать учить детей выполнять роль ведущего	Продолжать учить детей прыжкам в длину с места расстояние 40см., фиксировать внимание на исходное положение в и/у «Перепрыгни ручеёк». Продолжать закреплять навык подлезание под препятствия высотой 50см. в П./И «Мыши в кладовой». Совершенствовать навык ходьбы (обычная, по залу друг за другом, змейкой между предметов), бега (обычный, на носочках, с изменением направления). Развивать
----------	---	--

	в П./И «Мыши в кладовой». Развивать внимание и выдержку в И.М.П. «Лохматый пёс». Воспитывать интерес к физическим упражнениям.	внимание и выдержку в И.М.П. «Лохматый пёс». Воспитывать интерес к занятиям спортом и физическими упражнениями, желание быть здоровым.
4 неделя	Учить детей ходьбе по шнуру, положенному прямо и по кругу, приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги. Продолжать учить детей метанию правой и левой рукой предметов вдаль (мяча малого размера) на расстоянии 2,5 – 5 метров. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, с заданием – поворотом вокруг себя, на носочках, на пятках), бега (обычного, с переходом на ходьбу, в быстром темпе). Развивать координационные способности, выносливость, глазомер в выполнении О.В.Д. Воспитывать у детей способность выполнять элементарные игровые правила в П./И «Птички в гнёздышках».	Учить детей перелезанию через бревно или гимнастическую скамейку. Продолжать учить детей прыжкам в длину с места расстояние 40см., фиксировать внимание на размах рук. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, с заданием – поворотом вокруг себя, на носочках, на пятках), бега (обычного, с переходом на ходьбу, в быстром темпе). Развивать силу рук во время метания мешочка вдаль в П./И «Кто дальше бросит мешочек». Воспитывать у детей способность выполнять элементарные игровые правила в П./И «Птички в гнёздышках».

Февраль

1 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке высота 25см., шириной 20см., держа руки на поясе, носочек вытянут вперёд. Совершенствовать навык подлезания под препятствие высотой 50см. (дугой), ходьбы (обычная, на носочках, врассыпную, в колонне друг за другом), бега (лёгкий, с заданием – с остановкой по сигналу, с приседанием). Развивать умения действовать по сигналу педагога, ловкость в П./И «Поезд», координационные способности при выполнении О.Р.У. на гимнастической скамейке. Воспитывать интерес к занятиям спортом.	Учить детей прыжкам на двух ногах вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребёнка. Закрепить навык метания в горизонтальную цель расстояние 1,5-2 метра правой и левой рукой. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, врассыпную, в колонне друг за другом), бега (лёгкий, с заданием – с остановкой по сигналу, с приседанием). Развивать умения действовать по сигналу педагога, ловкость в П./И «Поезд», координационные способности при выполнении О.Р.У. на гимнастической скамейке. Приучать детей выполнять правила П./И «Кролики».
2 неделя	Закрепить умения детей подлизать под гимнастическую скамейку, фиксировать внимание на прогиб спины вовремя подлезанья. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, с высоким подниманием колен и взмахом рук вверх), бега (в медленном темпе в течение 50-60 секунд с переходом на ходьбу).	Продолжать закреплять умения детей подлизать под гимнастическую скамейку, фиксировать внимание на прогиб спины вовремя подлизанья, умения бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друг в П./И «Птички в гнёздышках». Продолжать учить детей использовать всё пространство зала вовремя

	Развивать ловкость, быстроту реакции, выдержку, смелость в П./И «Трамвай», «Птичка и птенчики». Воспитывать дружеские взаимоотношения в подвижных играх.	П./И «Птичка и птенчики». Учить детей реагировать на зрительный сигнал в П./И «Трамвай». Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, с высоким подниманием колен и взмахом рук вверх), бега (в медленном темпе в течение 50-60 секунд с переходом на ходьбу). Воспитывать дружеские взаимоотношения в подвижных играх.
3 неделя	Учить детей прыжкам на двух ногах вместе с продвижением вперёд, сиз обруча в обруч положенные на пол. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с переходом на бег, с остановкой по сигналу), бега (лёгкий, с переходом на ходьбу, с остановкой по сигналу). Развивать беговую выносливость вовремя лёгкого бега, координационные способности детей в П./И «С кочки на кочку». Воспитывать выдержку и самообладание в П./И «Птичка и птенчики».	Учить детей ударять носком ноги по мячу вдаль (правой и левой). Продолжать учить детей бросать мяч об пол и ловить его после отскока 2-3 раза подряд. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с переходом на бег, с остановкой по сигналу), бега (лёгкий, с переходом на ходьбу, с остановкой по сигналу). Развивать беговую выносливость вовремя лёгкого бега, координационные способности детей в П./И «С кочки на кочку». Приучать детей бегать легко, естественно размахивая руками. Воспитывать выдержку и самообладание в П./И «Птичка и птенчики».
4 неделя	Продолжать учить детей прыжкам в длину с места расстояние 40см., и ударять по мячу носком ноги вдаль. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, врассыпную, в колонне по одному), бега (обычный, в медленном темпе в течение 50-60 секунд, с переходом на ходьбу). Развивать меткость, ловкость, умение попадать точно в цель, умение ориентироваться в обстановке. Закрепить навык ориентировки в пространстве зала в П./И «Найди свой цвет». Воспитывать интерес к занятиям спортом и любовь к физическим упражнениям.	Продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке высота 25см., шириной 20см. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, врассыпную, в колонне по одному), бега (обычный, в медленном темпе в течение 50-60 секунд, с переходом на ходьбу). Закрепить навык прокатывания мяча в воротца шириной 50-60см. Развивать двигательную реакцию в упражнениях общеразвивающего характера со шнуровками, глазомер в О.В.Д. Учить реагировать на звуковой сигнал в П./И «Найди свой цвет». Воспитывать желание играть в П./И «Поезд», интерес к занятиям спортом и любовь к физическим упражнениям.

**Март**

1 неделя	Учить детей прыжкам на батуте любым удобным способом. Учить детей перестроению в колонну по два. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с заданиями: с остановкой на сигнал, с высоким подниманием колен и взмахом рук вверх); бега: (обычный, врассыпную, в колонну по одному). Развивать координационные способности, грациозность движений	Продолжать учить детей прыжкам на батуте любым удобным способом. Продолжать учить детей перестроению в колонну по два. Учить детей влезать на наклонную лесенку-стремянку разноимённым способом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с заданиями: с остановкой на сигнал, с высоким подниманием колен и взмахом рук вверх); бега: (обычный, врассыпную, в колонну по
----------	---	---

	при выполнении общеразвивающих упражнений с ленточками. Развивать внимание и выдержку в П./И «Лохматый пёс». Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И «Огуречик, огуречик».	одному). Развивать координационные способности, грациозность движений при выполнении общеразвивающих упражнений с ленточками. Развивать внимание и выдержку в П./И «Лохматый пёс». Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И «Огуречик, огуречик».
2 неделя	Продолжать учить детей пролезанию в обруч способом лицом вперёд, влезанию на наклонную лестницу-стремянку, построение в колонну по два. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, змейкой между предметами, с переходом на бег и на ходьбу между предметами); бега: (обычный, парами по кругу). Развивать прыжковую выносливость в П./И «С кочки на кочку». Приучать детей выполнять правила П./И «Кролики». Воспитывать любовь к занятиям спортом.	Учить детей метанию мяча вдаль двумя руками из-за головы, от груди. Продолжать учить детей выполнять удары по мячу носком ноги. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, змейкой между предметами, с переходом на бег и на ходьбу между предметами); бега: (обычный, парами по кругу). Развивать прыжковую выносливость в П./И «С кочки на кочку». Приучать детей выполнять правила П./И «Кролики». Воспитывать любовь к занятиям спортом.
3 неделя	Продолжать учить детей ходьбе по шнуру, положенному зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой. Учить детей размыкаться на вытянутые руки и смыкаться в колонну обычным шагом вперёд. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, со сменой направления); бега: (лёгкий, со сменой направления). Развивать координационные способности, умения действовать по сигналу педагога в П./И «Воробушки и кот», прыжковую выносливость в П./И «С кочки на кочку». Воспитывать любовь к занятиям спортом.	Продолжать учить детей размыкаться на вытянутые руки и смыкаться в колонну обычным шагом вперёд. Учить детей ходить парами друг за другом в колонне по одному. Закрепит навык прыжка в длину с места расстояние 40 см. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, со сменой направления); бега: (лёгкий, со сменой направления). Развивать координационные способности, умения действовать по сигналу педагога в П./И «Воробушки и кот», прыжковую выносливость в П./И «С кочки на кочку». Воспитывать любовь к занятиям спортом.
4 неделя	Учить детей бросать мяч двумя руками снизу вдаль. Продолжать закреплять навык прыжка в длину с места расстояние 40см. Закрепить умения ориентироваться в пространстве в П./И «Птички в гнездышках». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, приставным шагом правым и левым боком, лицом вперёд); бега: (обычный, лёгкий, с предметами в руках, со сменой направления); перестроения: (размыкание на вытянутые руки и смыкаться в колонну обычным шагом вперёд). Развивать ловкость, прыжковую выносливость, глазомер, точность в И/У «Прокати и сбей кеглю». Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в	Продолжать учить детей бросать мяч двумя руками снизу вдаль. Закрепит навык пролезания в обруч лицом вперёд, умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга в П./И «Птички в гнездышках». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, приставным шагом правым и левым боком, лицом вперёд); бега: (обычный, лёгкий, с предметами в руках, со сменой направления); перестроения: (размыкание на вытянутые руки и смыкаться в колонну обычным шагом вперёд). Развивать ловкость, прыжковую выносливость, глазомер, точность в И/У «Прокати и сбей кеглю». Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И «Птички в гнездышках».

П./И «Птички в гнездышках».		Апрель
1 неделя	Учить детей ходить по гимнастической скамейке высота 30 см. ширина 15-20 см. способом руки в стороны, носочек тянуть вперёд. Продолжать учить детей перестраиваться в колонну по два. Закрепить навык прыжка через линии, шнур (4-6 линий). Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с приседанием); бега: (обычный, змейкой между предметами), подлезание по препятствие высотой 50 см. Развивать силу во время метания мешочка вдаль в И/У «Кот дальше бросит мешочек». Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И «Птички в гнездышках».	Продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке высотой 30 см., шириной 15-20 см., перестраиваться в колонну по два. Закрепить навык метания правой и левой рукой предметов на расстоянии 2,5-5 метров. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с приседанием); бега: (обычный, змейкой между предметами), подлезание по препятствие высотой 50 см. Развивать силу во время метания мешочка вдаль в И/У «Кот дальше бросит мешочек». Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И «Птички в гнездышках».
2 неделя	Учить детей прыгать через предметы высотой 5 см. Продолжать учить детей перестраиваться в колонну по два. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, со сменой направления, с остановкой по сигналу); бега: (обычный, лёгкий, враспынную, в колонне по одному друг за другом, в медленном темпе 40 секунд). Развивать выносливость во время бега в медленном темпе, решительность, координационные способности в И/У «С кочки на кочку», внимание в И.М.П. «Найди, где спрятано». Совершенствовать навык подлезание под дугу высотой 50 см., без помощи рук, на ступнях в П./И «Кролики». Воспитывать положительное отношение к коллективной деятельности.	Учить детей ударять по малому мячу клюшкой вдаль, фиксировать внимание на правильный захват клюшки руками. Продолжать учить детей прыгать через предметы высотой 5 см. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, со сменой направления, с остановкой по сигналу); бега: (обычный, лёгкий, враспынную, в колонне по одному друг за другом, в медленном темпе 40 секунд); перестроения: (в колонну по два). Развивать выносливость во время бега в медленном темпе, решительность, координационные способности в И/У «С кочки на кочку», внимание в И.М.П. «Найди, где спрятано». Совершенствовать навык подлезание под дугу высотой 50 см., без помощи рук, на ступнях в П./И «Кролики». Воспитывать положительное отношение к коллективной деятельности.
3 неделя	Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке высотой 30 см., шириной 15-20 см., перестроению в колон по два. Учить детей реагировать на сигнал и слово педагога в П./И «Солнышко и дождик». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, парами); бега: (лёгкий, стремительный, в медленном темпе в течение 50-60 секунд. Развивать внимание и умение переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной в И.М.П. «Найди,	Учить детей пролезанию в обруч правым и левым боком. Продолжать учить детей реагировать на сигнал и слово педагога в П./И «Солнышко и дождик». Закрепить навык бросания мяча об пол и ловля его после отскока до 2-3 раз без потери. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, парами); бега: (лёгкий, стремительный, в медленном темпе в течение 50-60 секунд. Развивать внимание и умение переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной в И.М.П. «Найди, где

	где спрятано». Воспитывать положительное отношение к преодолению трудностей.	спрятано». Воспитывать положительное отношение к преодолению трудностей.
4 неделя	Продолжать учить детей выполнять удары по малому мячу клюшкой вдаль. Продолжать закреплять навык удара мяча об пол и ловля его после отскока до 2-3 раз без потери. Учить детей реагировать на зрительный сигнал в П./И «Трамвай». Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, парами между предметами); бега: (стремительный, лёгкий, с ускорением, парами между предметами); перестроения: (в колонну по два). Развивать умение действовать по сигналу педагога в П./И «Наседка, и цыплята», смелость, решительность, быстроту реакции. Воспитывать любовь к спортивным занятиям.	Продолжать учить детей прыжкам через предметы высотой 5-10 см., реагировать на зрительный сигнал в П./И «Трамвай». Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, парами между предметами); бега: (стремительный, лёгкий, с ускорением, парами между предметами); перестроения: (в колонну по два). Развивать умение действовать по сигналу педагога в П./И «Наседка, и цыплята», смелость, решительность, быстроту реакции. Воспитывать любовь к спортивным занятиям.

Май

1 неделя	Продолжать учить детей прыжкам на двух ногах вверх с места доставляя предмет, подвешенный выше поднятой руки ребёнка. Учить детей делать повороты на месте направо переступанием. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, по залу, по кругу); бега: (в быстром темпе на расстоянии 10 метров). Развивать ловкость в П./И «Поймай комара», прыжковую выносливость, уверенность в себе, мелкую моторику в выполнении общеразвивающих упражнений с теннисным мячом. Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И «Огуречик, огуречик», любовь к занятиям спортом.	Учить детей ходьбе по наклонной доске высотой 35 см., способом руки на поясе, носок тянем вперёд. Учить детей делать повороты на месте налево, переступанием, исполнять роль ведущего в П./И «Мыши в кладовой». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, по залу, по кругу); бега: (в быстром темпе на расстоянии 10 метров). Развивать ловкость в П./И «Поймай комара», прыжковую выносливость, уверенность в себе, мелкую моторику в выполнении общеразвивающих упражнений с теннисным мячом. Воспитывать у детей умения соблюдать элементарные правила в П./И «Огуречик, огуречик», любовь к занятиям спортом.
2 неделя	Учить детей делать повороты налево переступанием. Продолжать учить детей пролезанию в обруч правым и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на	Продолжать учить детей делать повороты налево переступанием, ударять мячом об пол и ловля его после отскока 2-3 раза без потери. Совершенствовать навык бросания мяча вдаль двумя руками из-за



	<p>носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, с переходом на бег); бега: (лёгкий, стремительный, врассыпную, в колонне друг за другом). Закрепить навык подлезания под шнур высотой 50 см. в П./И «Мыши в кладовой». Развивать умение действовать по сигналу педагога в П./И «Найди свой цвет». Воспитывать самообладание и смелость при выполнении двигательных заданий.</p>	<p>головы и от груди. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, с переходом на бег); бега: (лёгкий, стремительный, врассыпную, в колонне друг за другом). Закрепить навык подлезания под шнур высотой 50 см. в П./И «Мыши в кладовой». Развивать умение действовать по сигналу педагога в П./И «Найди свой цвет». Воспитывать самообладание и смелость при выполнении двигательных заданий.</p>
3 неделя	<p>Продолжать учить детей делать повороты направо, налево переступанием. Закрепить навык метания в горизонтальную цель расстояние 1,5-2 метра, правой и левой рукой. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, по кругу, в колонне друг за другом); бега: (лёгкий, в медленном темпе в течение 50-60 секунд с предметами в руках). Развивать силу во время метания мешочка вдаль в И/У «Кто дальше бросит», ловкость, прыжковую выносливость в П./И «Поймай комара». Воспитывать положительное отношение к коллективной деятельности.</p>	<p>Продолжать учить детей делать повороты направо, налево переступанием. Совершенствовать навык прыжка в длину с места на расстоянии 40 см. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, по кругу, в колонне друг за другом); бега: (лёгкий, в медленном темпе в течение 50-60 секунд с предметами в руках). Развивать силу во время метания мешочка вдаль в И/У «Кто дальше бросит», ловкость, прыжковую выносливость в П./И «Поймай комара». Воспитывать положительное отношение к коллективной деятельности.</p>
4 неделя	<p>Продолжать учить детей ходьбе по наклонной доске высотой 35 см., закреплять навык перестроения (повороты на месте направо, налево переступанием). Учить детей быстро реагировать на сигнал педагога (слово) в П./И «Огуречик, огуречик». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с различным положением рук (на поясе, в стороны, вверх, перед собой); бега: (лёгкий, парами между предметами, со сменой направления). Развивать координационные способности, ловкость, внимание в П./И «Трамвай». Воспитывать самообладание и выдержку.</p>	<p>Продолжать учить детей ходьбе по наклонной доске высотой 35 см., закреплять навык перестроения (повороты на месте направо, налево переступанием), быстро реагировать на сигнал педагога (слово) в П./И «Огуречик, огуречик». Закрепить навык прыжков через предметы высотой 5-10 см. Совершенствовать навык метания правой и левой рукой вдаль на расстоянии 2,5-5 метров. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с различным положением рук (на поясе, в стороны, вверх, перед собой); бега: (лёгкий, парами между предметами, со сменой направления). Развивать координационные способности, ловкость, внимание в П./И «Трамвай». Воспитывать самообладание и выдержку.</p>

**Календарно-тематическое планирование ОО  
в группе общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет**

Перспективный план работы для детей общеразвивающей направленности с 4 до 5 лет (ср.гр.)		
Недели	Задачи занятия в спортивном зале	Задачи занятия в спортивном зале
1 неделя	Обучать детей подбрасыванию малого мяча вверх и ловле его двумя руками. Продолжать учить детей лазанию на четвереньках по прямой на расстояние 10м. Развивать функцию равновесия при ходьбе по верёвке диаметром 1,5-3см., стоять на одной ноге, чередуя правую и левую ногу. Воспитывать выдержку в П./И «У медведя в бору».	Продолжать обучать детей подбрасыванию малого мяча вверх и ловле его двумя руками. Закрепить навык детей в лазании на четвереньках по прямой на расстоянии 10м. Снимать психологическую заторможенность детей, используя музыкально-двигательные задания. Развивать внимание в П./И «У медведя в бору».
2 неделя	Учить детей метанию набивного мяча весом 1кг. двумя руками на расстояние 1,3м. Учить детей ползанию по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Продолжать учить детей бегать, не наталкиваясь друг на друга во время проведения П./И «Самолёты». Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, руки на поясе, в стороны. Развивать выносливость в медленном беге в течение 1-1,5 мин. Воспитывать честность в выполнении правил в П./И «Лохматый пёс».	Учить детей изменять темп движения в соответствии с характером музыки. Продолжать учить детей метать набивной мяч весом 1кг. двумя руками на расстояние 1,3м. Упражнять детей в различных видах ходьбы и бега под музыкальное сопровождение. Развивать выносливость и умение быстро реагировать на в П./И «Самолёты». Воспитывать честность в выполнении правил П./И «Лохматый пёс».
3 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, ставя ногу с носка. Учить детей выполнять прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперёд в П./И «Зайцы, и волк». Учить детей восстанавливать дыхание с помощью И/У «Дровосека». Закрепить навык лазанья в туннели способом «обезьяний шаг». Воспитывать выдержку в П./И «Зайцы, и волк».	Учить детей прыжкам на двух ногах с продвижением вперёд. Учить детей слышать музыку и ритмично выполнять общие развивающие упражнения под музыку. Продолжать учить детей восстанавливать дыхание с помощью И/У «Дровосека». Продолжать закреплять навык лазанья в туннели способом «обезьяний шаг». Упражнять детей в мягком приземлении при выполнении прыжков с продвижением вперёд в П./И «Зайцы, и волк». Воспитывать взаимоуважение друг к другу.
4 неделя	Учить детей прыжкам ноги вместе, ноги врозь, прыжкам в длину с места не менее 70см. Учить детей координировать движения рук во время ходьбы. Продолжать учить детей подбрасыванию малого мяча вверх и ловлей его двумя	Продолжать учить детей прыжкам ноги вместе, ноги врозь под музыкальное сопровождение. Продолжать учить детей подбрасыванию малого мяча вверх и ловлей его двумя руками. Развивать выносливость в преодолении различных препятствий. Развивать выносливость в П./И

	руками. Развивать выносливость в преодолении различных препятствий. В П./И «Котята, и щенята» упражнять детей быстро ориентироваться в пространстве и находить свободное место.	«Зайцы, и волк». Воспитывать смелость, внимание в играх-эстафетах.
--	---	--

Октябрь средняя группа

1 неделя	Обучать детей перешагиванию через 5-6 набивных мячей, ставя руки на пояс и перешагивать, высоко поднимая колено. Закрепить навык ползания, на четвереньках опираясь на стопы и ладони. Развивать выносливость детей в беге с высоким подниманием колен. Воспитывать выдержку в П./И «Зайцы, и волк», «Котята, и щенята».	Продолжать учить детей прыжкам с поворотами вокруг себя, перешагиванию через 5-6 набивных мячей, ставя руки на пояс и перешагивать, высоко поднимая колено. Учить детей изменять темп движения в соответствии с характером музыки. Закрепить навык катания мяча в парах. Развивать умение ориентироваться в пространстве в И.М.П. «Найди, где спрятано», в П./И «Котята, и щенята».
2 неделя	Обучать детей ходьбе по наклонной доске вниз, вверх высота, которой 30-35см. Совершенствовать навык пролезания через гимнастическую скамейку, опираясь ладонями на скамейку. Развивать умения строго соблюдать правила П./И «Серый кот». Воспитывать выдержку в И.М.П. «День и ночь».	Учить детей прыгать на одной ноге на месте, чередуя правую и левую ногу. Учить, координировать движения рук с ногами во время подскоков под музыку, слышать сильную долю в музыке и менять вид ходьбы. Закрепить навык катания мяча между предметами расстояние 40-50см. Упражнять детей в беге с ускорением и подъёме на возвышенность с ходу в П./И «Котята, и щенята».
3 неделя	Продолжать учить детей перешагивать через 5-6 набивных мячей, руки в стороны. Продолжать учить детей прыжкам, попеременно на одной ноге чередуя с ходьбой. Развивать координационные способности. Развивать выносливость во время бега в П./И «Совушка сова», внимание в И.М.П. «Найди, где спрятано». Воспитание бережного отношения к спортивному инвентарю.	Учить детей подбрасыванию мяча вверх и ловля его 3-4 раза подряд без потери. Побуждать детей импровизировать танцевальные движения. Развивать самостоятельность в решении двигательных задач. Воспитывать умения внимательного отношения к действиям других в П./И «Мыши водят хоровод».
4 неделя	Продолжать закреплять навык перешагивания через 5-6 набивных мячей, весом 1кг, руки на поясе. Продолжать совершенствовать навык подлезания под гимнастическую скамейку. Развивать выносливость во время прыжков на одной ноге с продвижением вперёд. Развивать умение строго соблюдать правила в П./И «Мыши водят хоровод». Воспитывать решительность при выполнении двигательных	Совершенствовать навык перешагивания через 5-6 набивных мячей, весом 1кг, согнув руки в локтях и с высоким подниманием колен. Развивать скорость во время прокатывания мяча между предметами расстояние 40-50см., прыжков на одной ноге с продвижением вперёд. Развивать умение строго соблюдать правила в П./И «Зайцы и волк», в И.М.П. «Найди и промолчи». Воспитывать волю с помощью упражнений на преодоление препятствий в играх-эстафетах.

заданий в играх-эстафетах		Ноябрь средняя группа
1 неделя	Обучить детей перебрасывать мяч двумя руками из-за головы расстояние 2 метра. Развивать координационные способности детей во время кружения в обе стороны при ходьбе (руки на поясе). Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом); бега: (на носочках, между предметами змейкой); перестроения: (в шеренгу, поворот на право, в колонну по одному). Воспитывать выдержку, честность в выполнении правил в П./И «Мыши водят хоровод». Упражнять детей в расслаблении в И/У «Барсучок».	Продолжать учить детей перебрасывать мяч двумя руками из-за головы расстояние 2 метра. Учить детей прыжкам ноги вместе, ноги врозь с хлопками над головой, изменять темп движений в соответствии с характером музыки. Продолжать развивать координационные способности детей во время кружения в обе стороны при ходьбе (руки на поясе). Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом); бега: (на носочках, между предметами змейкой); перестроения: (в шеренгу, поворот на право, в колонну по одному). Воспитывать выдержку, честность в выполнении правил в П./И «Мыши водят хоровод». Упражнять детей в расслаблении в И/У «Барсучок».
2 неделя	Учить детей перебрасывать мяч снизу двумя руками расстояние 2 метра. Продолжать учить детей прыжкам ноги вместе, ноги врозь с хлопками за спиной. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом); бега: (на носочках, между предметами змейкой с подскоками); перестроения: (в шеренгу, в круг, размыкание и смыкание в кругу). Развивать координационные способности во время перешагивания через предметы. Воспитывать честность в П./И «Серый кот».	Продолжать учить детей перебрасывать мяч снизу двумя руками расстояние 2 метра. Развивать прыжковую выносливость, прыгая способом ноги врозь, ноги вместе с хлопком за спиной. Закрепить навык ползания на четвереньках между предметами змейкой. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом); бега: (на носочках, между предметами змейкой с подскоками); перестроения: (в шеренгу, в круг, размыкание и смыкание в кругу). Снимать психологическую заторможенность детей, используя музыкально-двигательные задания. Воспитывать честность в П./И «Серый кот».
3 неделя	Учить детей ходить по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Закрепить навык подлезания под дугу высотой 50 см. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, по кругу, по прямой с высоким подниманием колен); бега: (на носочках, лёгкий, парами, в колонне с подскоками); перестроения: (в шеренгу, в колонну по одному, по два, размыкание на вытянутые руки и смыкание). Развивать у детей быстроту реакции в П./И «Бездомный заяц», ловкость, беговую выносливость в П./И «Вороны». Воспитывать	Учить детей перебрасывать мяч одной рукой через препятствие расстояние 2 метра. Продолжать закреплять навык подлезания под дугу высотой 50 см. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, по кругу, по прямой с высоким подниманием колен); бега: (на носочках, лёгкий, парами, в колонне с подскоками); перестроения: (в шеренгу, в колонну по одному, по два, размыкание на вытянутые руки и смыкание). Развивать у детей быстроту реакции в П./И «Бездомный заяц», ловкость, беговую выносливость в П./И «Вороны» под музыкальное сопровождение. Воспитывать любовь к физическим

	любовь к физическим упражнениям.	упражнениям.
4 неделя	Учить детей ходить по гимнастической скамейке с остановкой на середине и с выполнением задания (присесть). Продолжать учить детей перебрасывать мяч через волейбольную сетку, расстояние 2 метра. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, по гимнастической скамейке, по кругу, по прямой); бега: (в медленном темпе в течение 1-1,5 минут непрерывно); перестроения: (в колонне по одному, по два через середину зала, размыкание назад), ползание по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь на руках. Развивать умения ориентироваться в пространстве, глазомер, ловкость в П./И «Мышки» в норках, в Р.Н.И. «Гуси лебеди».	Продолжать учить детей перебрасывать мяч через препятствие, расстояние 2 метра. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, по гимнастической скамейке, по кругу, по прямой); бега: (в медленном темпе в течение 1-1,5 минут непрерывно); перестроения: (в колонну по одному, по два через середину зала, размыкание назад). Закрепить навык прыжков на двух ногах поочередно вынося ноги вперед-назад, руки на поясе. Развивать умения ориентироваться в пространстве, глазомер, ловкость в П./И «Мышки» в норках, в Р.Н.И. «Гуси лебеди».

Декабрь средняя группа

1 неделя	Учить детей перебрасывать мяч двумя руками из-за головы, расстояние 2 метра. Развивать координационные способности детей во время кружения в обе стороны при ходьбе (руки на поясе). Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом); бега: (на носочках, между предметами змейкой); перестроения: (шеренгу, повороты направо, построение в колонну по одному). Воспитывать выдержку, честность в выполнении правил в П./И «Мыши водят хоровод». Упражнять детей в расслаблении при помощи И/У «Барсучок» изменяя места укусов насекомых. (пятка, локти, уши, нос)	Продолжать учить детей перебрасывать мяч двумя руками из-за головы, расстояние 2 метра. Учить изменять темп движения в соответствии с характером музыки. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом); бега: (на носочках, между предметами змейкой); перестроения: (шеренгу, повороты направо, построение в колонну по одному). Продолжать развивать координационные способности во время кружения в обе стороны, во время ходьбы, способом руки в стороны, прыжковую выносливость, способом ноги вместе, ноги врозь, хлопок руками над головой. Воспитывать выдержку, честность в выполнении правил в П./И «Мыши водят хоровод». Упражнять детей в расслаблении при помощи И/У «Барсучок» изменяя места укусов насекомых. (пятка, локти, уши, нос)
2 неделя	Продолжать учить детей перебрасывать мяч двумя руками из-за головы, расстояние 2 метра, прыгать способом ноги вместе, ноги врозь с хлопком реками над головой. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом); бега: (на носочках, между	Продолжать учить детей перебрасывать мяч двумя руками из-за головы, расстояние 2 метра. Закрепит навык прыжка способом ноги вместе, ноги врозь с хлопком реками над головой, ползания на четвереньках между предметами змейкой. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с высоким подниманием колен, мелким и

	предметами змейкой с подскоками); перестроения: (в шеренгу, в круг, размыкание и смыкание в кругу). Развивать координационные способности во время перешагивания через предметы. Воспитывать честность в П./И «Серый кот».	широким шагом); бега: (на носочках, между предметами змейкой с подскоками); перестроения: (в шеренгу, в круг, размыкание и смыкание в кругу). Снимать психологическую заторможенность детей, используя музыкально-двигательные задания. Развивать координационные способности во время перешагивания через предметы. Воспитывать честность в П./И «Серый кот».
3 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Закрепить навык ползания под дугой, высотой 50 см. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на пятках, на носочках, с высоким подниманием колен, по прямой, по кругу); бега: (лёгкий, на носочках, парами, с подскоками, в колонне); перестроения: (в шеренгу, размыкание в колонне на вытянутые руки). Развивать координационные способности детей при выполнении общих развивающих упражнений. Воспитывать волевые качества, смелость при выполнении двигательных заданий в П./И «Лиса в курятнике», в И.М.П. «День и ночь».	Учить детей перебрасывать мяч одной рукой через препятствие, расстояние 2 метра. Учить слышать музыку и ритмично выполнять общие развивающие упражнения. Продолжать закреплять навык ползания под дугой, высотой 50 см. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на пятках, на носочках, с высоким подниманием колен, по прямой, по кругу); бега: (лёгкий, на носочках, парами, с подскоками, в колонне); перестроения: (в шеренгу, размыкание в колонне на вытянутые руки). Развивать выносливость детей в беге с подскоками, фиксируя внимание на высокоподнятые колени и вытянутый носок. Воспитывать волевые качества, смелость при выполнении двигательных заданий в П./И «Лиса в курятнике», в И.М.П. «День и ночь».
4 неделя	Продолжать учить детей перебрасывать мяч одной рукой через волейбольную сетку, расстояние 2 метра. Развивать прыжковую выносливость, прыгая на месте, способом вперёд, назад, руки на поясе. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, по гимнастической скамейке, по прямой, по кругу); бега: (в медленном темпе течение 1-1,5 минуты непрерывного бега); перестроения: (в колонну по два через середину зала, размыкание на вытянутые руки назад). Воспитывать честность в выполнении правил в П./И «Лиса в курятнике». Упражнять детей в быстром увертывании от ведущего в П./И «Мыши водят хоровод».	Учить детей ходить по гимнастической скамейке с остановкой на середине и приседанием, фиксировать внимание на мягкое приземление на полусогнутые ноги. Продолжать учить детей изменять темп движений в соответствии с характером музыки. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, по гимнастической скамейке, по прямой, по кругу); бега: (в медленном темпе течение 1-1,5 минуты непрерывного бега); перестроения: (в колонну по два через середину зала, размыкание на вытянутые руки назад), ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках до уровня плеч. Воспитывать честность в выполнении правил в П./И «Лиса в курятнике». Упражнять детей в быстром увертывании от ведущего в П./И «Мыши водят хоровод».
Январь средняя группа		
2 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий (с поворотом вокруг себя, с остановкой	Продолжать учить детей бросать мяч вверх, об пол и ловля его двумя руками до 3-4 раз без потери. Совершенствовать навык ходьбы:

	<p>по сигналу), бросать мяч вверх, об пол и ловля его двумя руками до 3-4 раз без потери. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, полуприсед, с выполнением заданий (руки вверх, за спину, к плечам); бега: (лёгкий, со сменой направления, с подскоками); перестроения: (парами, в колонну по одному, по два, смыкание и размыкание на вытянутые руки назад). Развивать прыжковую выносливость, прыгая на двух ногах с продвижением вперёд на 2-3 метра. Развивать у детей быстроту реакции в П./И «Бездомный заяц», ловкость, беговую выносливость в П./И «Вороны». Воспитывать любовь к физическим упражнениям, положительное отношение к коллективной деятельности.</p>	<p>(обычная, на носочках, на пятках, полуприсед, с выполнением заданий (руки вверх, за спину, к плечам); бега: (лёгкий, со сменой направления, с подскоками); перестроения: (парами, в колонну по одному, по два, смыкание и размыкание на вытянутые руки назад). Развивать прыжковую выносливость прыгая на двух ногах с продвижением вперёд на 2-3 метра. Развивать у детей быстроту реакции в П./И «Бездомный заяц», ловкость, беговую выносливость в П./И «Вороны» под музыкальное сопровождение. Воспитывать любовь к физическим упражнениям, положительное отношение к коллективной деятельности.</p>
3 неделя	<p>Учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой, забивать мяч в баскетбольную корзину. Продолжать учить детей прыжкам через гимнастическую скамейку, способом ноги вместе, руки делают взмах. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, полу присед, «обезьяний шаг»); бега: (в медленном темпе течение 1-1,5 минуты непрерывного бега); перестроения: (в колонну по одному, в шеренгу, в колонну по два). Развивать прыжковую выносливость, прыгая на двух ногах с продвижением вперёд на 2-3 метра. Развивать у детей быстроту реакции в П./И «Бездомный заяц», ловкость, беговую выносливость в П./И «Вороны». Воспитывать любовь к физическим упражнениям, положительное отношение к коллективной деятельности.</p>	<p>Учить детей перестроению в колонну по три. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, полу присед, «обезьяний шаг»); бега: (в медленном темпе течение 1-1,5 минуты непрерывного бега); перестроения: (в колонну по одному, в шеренгу, в колонну по два), ползания на четвереньках опираясь на ступни ног и ладони рук. Развивать прыжковую выносливость, прыгая на двух ногах с продвижением вперёд на 2-3 метра. Развивать у детей быстроту реакции в П./И «Бездомный заяц», ловкость, беговую выносливость в П./И «Вороны». Воспитывать любовь к физическим упражнениям, положительное отношение к коллективной деятельности.</p>
4 неделя	<p>Учить детей бросать мяч двумя руками из-за головы в баскетбольную корзину. Продолжать учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой, забивать мяч в баскетбольную корзину. Продолжать учить детей прыжкам через гимнастическую скамейку, способом ноги вместе, руки делают взмах. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, полу присед, «обезьяний шаг», на внешней стороне ступни, со сменой направления); бега:</p>	<p>Учить детей передавать мяч друг другу из-за головы. Закрепит навык прыжков с продвижением вперёд, способом ноги врозь вместе. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, полу присед, «обезьяний шаг», на внешней стороне ступни, со сменой направления); бега: (лёгкий, на носочках, парами по кругу); перестроения: (в колонну по одному, в шеренгу, в колонну по два, по три и в обратном), ходьбу с перешагиванием через предметы, руки в стороны. Развивать выносливость в преодолении различных</p>

	(лёгкий, на носочках, парами по кругу); перестроения: (в колонну по одному, в шеренгу, в колонну по два, по три и в обратном). Развивать выносливость в преодолении различных препятствий, умение переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной посредством И.М.П. «День и ночь», быстроту реакции в П./И «Платок».	препятствий, умение переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной посредством И.М.П. «День и ночь», быстроту реакции в П./И «Платок». Упражнять детей в расслаблении под музыкальное сопровождение, сохраняя эмоциональное настроение.
--	--	---

Февраль средняя группа

1 неделя	Учить детей лазанию по гимнастической стенке после хождения по наклонной доске, перемещаясь с пролёта на пролёт. Научить детей делать повороты кругом, направо. Продолжать учить детей ходьбе по наклонной доске с выполнением упражнения для рук (руки в стороны, руки вверх, руки в стороны, руки вниз), ширина наклонной доски 15-20 см. и высота 30-35 см. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колен); навыка бега: (лёгкий, с ускорением, со сменой направления); навык перестроения: (в колонну по два друг за другом). Развивать ловкость движений, равновесие, умения ориентироваться в пространстве, быстроту реакции в П./И «Пилоты», «Вороны». Воспитывать честность, умения внимательно относиться к действиям других в П./И «Вороны».	Продолжать учить детей делать повороты кругом, направо. Закрепить навык прыжка из обруча в обруч способом ноги вместе руки на поясе. Фиксируя внимание на высоту прыжка. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колен); навыка бега: (лёгкий, с ускорением, со сменой направления); навык перестроения: (в колонну по два друг за другом), выполняя под музыкальное сопровождение. Развивать ловкость движений, равновесие, умения ориентироваться в пространстве, быстроту реакции в П./И «Пилоты», «Вороны». Воспитывать честность, умения внимательно относиться к действиям других в П./И «Вороны».
2 неделя	Продолжать учить детей лазанию по гимнастической стенке с пролёта на пролёт любым удобным способом. Учить детей метанию предметов в горизонтальную цель, расстояние 2-2,5 м. правой и левой рукой. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, руки на поясе, на пятках руки за спиной, сложенные полочкой, на внешней стороне стопы, «обезьяний шаг»); навыка бега: (лёгкий, стремительный, враспынную и в колонну друг за другом, со сменой направления); перестроения: (в колонну по одному, по два, размыкание и смыкание в колонне по одному, по два). Развивать равновесие, силу рук, подвижность в П./И	Продолжать учить детей метанию предметов в горизонтальную цель, расстояние 2-2,5 м. правой и левой рукой. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках руки на поясе, на пятках руки за спиной, сложенные полочкой, на внешней стороне стопы, «обезьяний шаг»); навыка бега: (лёгкий, стремительный, враспынную и в колонну друг за другом, со сменой направления); перестроения: (в колонну по одному, по два, размыкание и смыкание в колонне по одному, по два) под музыкальное сопровождение. Развивать равновесие, силу рук, подвижность в П./И «Лягушки», «Пилоты». Воспитывать выдержку, доброту и внимание к окружающему, решительность при выполнении двигательных заданий,



	«Лягушки», «Пилоты». Воспитывать выдержку, доброту и внимание к окружающему, решительность при выполнении двигательных заданий.	красоту, выразительность и грациозность движений под музыкальную композицию.
3 неделя	Учить детей лазанью по гимнастической стенке одноименным способом. Продолжать учить детей метанию предметов в горизонтальную цель, расстояние 2-2,5 м. правой и левой рукой. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, обычная, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой между предметами); бега: (лёгкий, на носочках, со сменой ведущего, с подскоками); перестроения: (в шеренгу, повороты кругом, в колонну по два, друг за другом). Развивать выносливость, силу, быстроту, глазомер в П./И «Чьё звено быстрее построится», в И.М.П. «Кольцеброс».	Учить детей делать повороты кругом переступанием. Закрепит навык детей метания предметов в горизонтальную цель, расстояние 2-2,5метра правой и левой рукой. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, обычная, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой между предметами); бега: (лёгкий, на носочках, со сменой ведущего, с подскоками); перестроения: (в шеренгу, повороты кругом, в колонну по два, друг за другом), ходьбу спиной вперёд. Развивать выносливость, силу, быстроту, глазомер в П./И «Чьё звено быстрее построится», в И.М.П. «Кольцеброс».
4 неделя	Учить детей бегать по гимнастической скамейке любым удобным способом, метанию в вертикальную цель, высота мишени 1,5 метра, расстояние до мишени 1,5-2 метра. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом правым и левым боком); бега: (лёгкий, с подскоками, допрыгивание до игрушки подвешенной выше поднятой руки ребёнка); перестроения: (в шеренгу, в колонну по одному, по три, смыкание и размыкание в колонне). Развивать у детей спортивные и волевые качества в играх-эстафетах с предметами в руках, силу и внимание в П./И «Перелёт птиц», «Найди, где спрятано». Воспитывать самостоятельность в решение двигательных задач, интерес к занятиям спортом.	Продолжать учить детей метанию в вертикальную цель, высота мишени 1,5 метра, расстояние до мишени 1,5-2 метра. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом правым и левым боком); бега: (лёгкий, с подскоками, допрыгивание до игрушки подвешенной выше поднятой руки ребёнка); перестроения: (в шеренгу, в колонну по одному, по три, смыкание и размыкание в колонне). Развивать у детей спортивные и волевые качества в играх-эстафетах с предметами в руках, силу и внимание в П./И «Перелёт птиц» (используя гимнастические палки на полу), «Найди, где спрятано». Воспитывать самостоятельность в решение двигательных задач, интерес к занятиям спортом.
Март средняя группа		
1 неделя	Учить детей лазанью по гимнастической стенке разноименным способом, высотой 2 метра, перешагиванию через рейки гимнастической лестницы, приподнятой на высоту от пола 20-25 см. Закрепить навык подлезания под дугу с опорой на колени и ладони рук. Совершенствование	Учить детей выпрыгиванию из обруча и запрыгиванию в обруч способом ноги вместе, фиксировать внимание на силу замаха руками. Продолжать учить детей перешагиванию через рейки гимнастической лестницы, приподнятой на высоту от пола 20-25 см. Закрепить навык подлезания под дугу с опорой на колени и ладони рук.

	<p>навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, полуприсед); бега: (лёгкий, на носочках, с высоким подниманием колен, змейкой); перестроения: (в шеренгу, в колонну по два через середину зала). Развивать умения быстро подлезать с ходу, используя наиболее удобный способ в зависимости от высоты препятствий в П./И «Пастух и стадо», внимание, быстроту реакции в П./И «Совушка сова». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>	<p>Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, полуприсед); бега: (лёгкий, на носочках, с высоким подниманием колен, змейкой); перестроения: (в шеренгу, в колонну по два через середину зала). Развивать умения быстро подлезать с ходу, используя наиболее удобный способ в зависимости от высоты препятствий в П./И «Пастух и стадо», внимание, быстроту реакции в П./И «Совушка сова». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>
2 неделя	<p>Учить детей вращению обруча на талии, фиксировать правильное исходное положение, одна нога слегка впереди, делая сильный замах обруча руками. Продолжать учить детей лазанью по гимнастической стенке разноимённым способом, высотой 2 метра. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках. Со сменой направления, с высоким подниманием колен, спиной вперёд); бега: (лёгкий, стремительный, с ускорением, со сменой направления); перестроения: (в шеренгу, поворот направо, кругом, в колонну по три). Совершенствовать навык прыжка на двух ногах с продвижением вперёд. Развивать выносливость, быстроту реакции, внимание в П./И «Не опоздай», меткость, силу кистей рук в И/У «Прокати в ворота». Воспитывать взаимное уважение друг к другу.</p>	<p>Учить детей прокатыванию обруча между предметами. Продолжать учить детей вращению обруча на талии, фиксировать правильное исходное положение, одна нога слегка впереди, делая сильный замах обруча руками. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках. Со сменой направления, с высоким подниманием колен, спиной вперёд); бега: (лёгкий, стремительный, с ускорением, со сменой направления); перестроения: (в шеренгу, поворот направо, кругом, в колонну по три). Совершенствовать навык прыжка на двух ногах с продвижением вперёд. Развивать выносливость, быстроту реакции, внимание в П./И «Не опоздай», меткость, силу кистей рук в И/У «Прокати в ворота». Воспитывать взаимное уважение друг к другу.</p>
3 неделя	<p>Учить детей подлезанию под верёвку, высотой 50 см. правым и левым боком, перестраиваться в колонну по три через середину зала. Продолжать закреплять навык прыжка на одной ноге чередуя, то правую, то левую. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, спортивная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен); бега: (обычный, в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты непрерывно). Развивать координационные способности, ловкость, прыжковую выносливость в П./И «По дорожке на одной ножке», «Вороны». Воспитывать положительное отношение к выполнению движений на физкультурном занятии.</p>	<p>Продолжать учить детей подлезанию под верёвку, высотой 50 см. правым и левым боком, перестраиваться в колонну по три через середину зала. Совершенствовать навык прыжка на одной ноге чередуя, то правую, то левую. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, спортивная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен); бега: (обычный, в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты непрерывно). Развивать координационные способности, ловкость, прыжковую выносливость в П./И «По дорожке на одной ножке», «Вороны». Воспитывать положительное отношение к выполнению движений по музыкальное сопровождение. Упражнять детей в расслабление при помощи И/У «Барсучок» изменяя места укусов</p>

		насекомых (щёки, лоб, локти).
4 неделя	Учить детей стартовать из разных исходных положений: (стоя, стоя на коленях). Продолжать учить детей вращению обруча на талии, фиксировать правильное исходное положение, одна нога слегка впереди, делая сильный замах обруча руками и его удержанию на талии. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, по прямой, по кругу, спиной вперёд); бега: (лёгкий, с остановкой по сигналу, со старта с разных исходных положений); перестроения: (в колонну по два, размыкание и смыкание в колонне). Развивать смелость, уверенность в движениях в П./И «Ловишка», выносливость в П./И с элементами спорта «Перестреобол». Воспитывать у детей любовь и потребность в играх с элементами спорта.	Учить детей прыжкам на одной ноге с продвижением вперёд, чередуя то правую, то левую ногу. Продолжать учить детей вращению обруча на талии, фиксировать правильное исходное положение, одна нога слегка впереди, делая сильный замах обруча руками и его удержанию на талии, стартовать из разных исходных положений: (стоя, стоя на коленях). Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, по прямой, по кругу, спиной вперёд); бега: (лёгкий, с остановкой по сигналу, со старта с разных исходных положений); перестроения: (в колонну по два, размыкание и смыкание в колонне). Развивать смелость, уверенность в движениях в П./И «Ловишка», выносливость в П./И «Перемени предмет». Воспитывать у детей любовь и потребность в играх с элементами спорта.

Апрель средняя группа

1 неделя	Учить детей прыжкам вверх с места (спрыгивая с гимнастической скамейки высотой 15-20 см.), ходить между линиями расстояние между ними 10-15 см. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, шаг «рака» ногами вперёд); бега: (лёгкий, с высоким подниманием колен, из разных исходных положений (лежа на животе); перестроения: (в шеренгу, в колонну по одному). Развивать у детей чувство самостраховки, умение владеть своим телом и сохранять правильную осанку, ловкость в П./И «Перемени предмет», П./И с элементами спорта «Перестреобол». Воспитывать взаимное уважение друг к другу.	Продолжать учить детей передавать мяч носком правой и левой ноги друг другу, прыжкам вверх с места (спрыгивая с гимнастической скамейки высотой 15-20 см.), ходить между линиями расстояние между ними 10-15 см. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, шаг «рака» ногами вперёд); бега: (лёгкий, с высоким подниманием колен, из разных исходных положений (лежа на животе); перестроения: (в шеренгу, в колонну по одному). Развивать у детей чувство самостраховки, умение владеть своим телом и сохранять правильную осанку, ловкость в П./И «Перемени предмет», в П./И «Ловишка» Воспитывать взаимное уважение друг к другу, чувство согласованности движений и музыки.
2 неделя	Учить детей подачи мяча внутренней и внешней стороной стопы ноги, делая удары об стенку. Продолжать учить детей ходить между линиями расстояние между ними 10-15 см. Закрепить навык ходьбы спиной вперёд. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким	Продолжать учить детей подачи мяча внутренней и внешней стороной стопы ноги, делая удары друг другу, продолжать учить детей ходить между линиями расстояние между ними 10-15 см. Закрепить навык ходьбы спиной вперёд. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, шаг «рака» ногами

	подниманием колен, шаг «рака» ногами вперёд, спиной вперёд); бега: (лёгкий, змейкой, со сменой направляющего, с изменением темпа); перестроения: (в шеренгу, повороты направо, кругом, в колонну по два). Совершенствование навыка ползания на четвереньках по прямой в чередовании с ходьбой. Развивать умения ориентироваться в пространстве, глазомер, ловкость. Воспитывать выдержку в П./И «Зайцы, и волк», «Котята, и щенята».	вперёд, спиной вперёд); бега: (лёгкий, змейкой, со сменой направляющего, с изменением темпа); перестроения: (в шеренгу, повороты направо, кругом, в колонну по два). Совершенствование навыка ползания на четвереньках по прямой в чередовании с ходьбой. Развивать умения ориентироваться в пространстве, глазомер, ловкость, творческое проявление ритмических движений под музыку различного характера. Воспитывать выдержку в П./И «Зайцы, и волк», «Котята, и щенята».
3 неделя	Учить детей делать удары по мячу ногой по прямой. Выполнять И/У «Забей мяч в ворота». Закрепить навык прыжков с продвижением вперёд, боковой галоп правым и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, спиной вперёд, змейкой между предметами); бега: (на носочках, с высоким подниманием колен); перестроения: (построение в колонну по два, размыкание и замыкание в колонне друг за другом). Развивать внимание, ловкость. Выносливость в П./И «Мы весёлые ребята», «Сделайте, пожалуйста». Воспитывать взаимное уважение друг к другу.	Продолжать учить детей делать удары по мячу ногой по прямой. Выполнять И/У «Забей мяч в ворота». Закрепить навык прыжков с продвижением вперёд, боковой галоп правым и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, спиной вперёд, змейкой между предметами); бега: (на носочках, с высоким подниманием колен); перестроения: (построение в колонну по два, размыкание и замыкание в колонне друг за другом), перешагивание через предметы (5-6 предметов, руки за спиной). Развивать внимание, ловкость. Выносливость в П./И «Мы весёлые ребята», «Сделайте, пожалуйста». Воспитывать взаимное уважение друг к другу.
4 неделя	Учить детей ведению мяча носком любой ноги по прямой. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, змейкой между предметов и без предметов); бега: (лёгкий, стремительный, на носочках, с ускорением, мелким и широким шагом); перестроения: (построение в шеренгу, в круг, в колонну). Развивать уверенность в себе, в движениях, выносливость в П./И «Не опоздай», меткость, силу кистей рук в И/У «Прокати в ворота». Воспитывать взаимное уважение друг к другу.	Учить детей прыжкам в глубину. Спрыгивая с высоты 25см. Продолжать учить детей ведению мяча носком любой ноги по прямой. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, змейкой между предметов и без предметов); бега: (лёгкий, стремительный, на носочках, с ускорением, мелким и широким шагом); перестроения: (построение в шеренгу, в круг, в колонну). Развивать уверенность в себе, в движениях, выносливость в П./И «Не опоздай», меткость, силу кистей рук в И/У «Прокати в ворота». Воспитывать взаимное уважение друг к другу.
Май средняя группа		
1 неделя	Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд. Закрепить навык ползания на четвереньках опираясь на стопы и ладони. Совершенствовать навык	Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд. Закрепить навык ползания на четвереньках опираясь на стопы и ладони. Совершенствовать навык метания набивного мяча

	<p>ходьбы, по шнуру приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги, навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен); бега: (спортивный, врассыпную, приставным боком правым и левым, чередуя с ходьбой); перестроения: (построение в колонну по одному, по два, смыкание и размыкание в колонне). Развивать ловкость движений, силу мышц рук и ног, выносливость в преодолении различных препятствий. Развивать у детей быстроту реакции в П./И «Бездомный заяц», ловкость, беговую выносливость в П./И «Вороны». Воспитывать любовь к физическим упражнениям, положительное отношение к коллективной деятельности.</p>	<p>двумя руками весом 1 кг. расстояние 1,3 метра, навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен); бега: (спортивный, врассыпную, приставным боком правым и левым, чередуя с ходьбой); перестроения: (построение в колонну по одному, по два, смыкание и размыкание в колонне). Развивать ловкость движений, силу мышц рук и ног, выносливость в преодолении различных препятствий. Развивать у детей быстроту реакции в П./И «Бездомный заяц», ловкость, беговую выносливость в П./И «Вороны». Воспитывать любовь к физическим упражнениям, положительное отношение к коллективной деятельности под музыкальное сопровождение</p>
2 неделя	<p>Учить детей ходить по канату, способом пятка на канате, носки на полу, руки на поясе. Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд. Совершенствовать навык ползания в туннели опираясь на стопы и ладони; ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шаг «раков», «обезьяний» шаг, полу присед); бега: (обычный, врассыпную, в колонну по одному, приставной галоп правым и левым боком); перестроение: (в шеренгу, смыкание и размыкание в шеренге). Развивать чувство ответственности и умение разрешать проблемные ситуации, выносливость, умение строго соблюдать правила в П./И «Зайцы и волк», в И.М.П. «Найди и промолчи». Воспитывать волю с помощью упражнений на преодоление препятствий в играх-эстафетах, справедливость, честность.</p>	<p>Учить детей прыжкам через короткую скакалку, сложенную вдвое и вращающаяся под ногами. Продолжать учить детей ходить по канату, способом пятка на канате, носки на полу, руки на поясе. Совершенствовать навык ползания, в туннели, опираясь на стопы и ладони; ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шаг «раков», «обезьяний» шаг, полу присед); бега: (обычный, врассыпную, в колонну по одному, приставной галоп правым и левым боком); перестроение: (в шеренгу, смыкание и размыкание в шеренге). Развивать чувство ответственности и умение разрешать проблемные ситуации, выносливость, умение строго соблюдать правила в П./И «Зайцы и волк», в И.М.П. «Найди и промолчи». Воспитывать волю с помощью упражнений на преодоление препятствий в играх-эстафетах, справедливость, честность под музыкальное сопровождение.</p>
3 неделя	<p>Продолжать учить детей метанию в горизонтальную цель расстоянии 2-2,5 метра. Закрепить навык ходьбы по гимнастической скамейке приставным шагом правым боком. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд, с приседанием); бега: (лёгкий, с остановкой по сигналу, с выполнением задания (руки на поясе, на плечи, на поясе));</p>	<p>Продолжать учить детей метанию в горизонтальную цель расстоянии 2-2,5 метра, прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд, с приседанием); бега: (лёгкий, с остановкой по сигналу, с выполнением задания (руки на поясе, на плечи, на поясе)); перестроения: (построение в шеренгу, в круг, в колонну по два); ползание по гимнастической скамейке на</p>

	перестроения: (построение в шеренгу, в круг, в колонну по два); ползание по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками. Развивать внимание, ловкость. Выносливость в П./И «Мы весёлые ребята», «Сделайте, пожалуйста». Воспитывать взаимное уважение друг к другу	животе подтягиваясь руками. Развивать внимание, ловкость. Выносливость в П./И «Мы весёлые ребята», «Сделайте, пожалуйста». Воспитывать взаимное уважение друг к другу.
4 неделя	Продолжать учить детей бегать челночным бегом 3 по 10. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, шаг «рака» ногами вперёд, спиной вперёд); бега: (лёгкий, змейкой, со сменой направляющего, с изменением темпа); перестроения: (в шеренгу, повороты направо, кругом, в колонну по два). Совершенствование навыка ползания на четвереньках по прямой в чередовании с ходьбой. Развивать умения ориентироваться в пространстве, глазомер, ловкость. Воспитывать выдержку в П./И «Зайцы, и волк», «Котята, и щенята».	Продолжать учить детей бегать челночным бегом 3 по 10. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, шаг «рака» ногами вперёд, спиной вперёд); бега: (лёгкий, змейкой, со сменой направляющего, с изменением темпа); перестроения: (в шеренгу, повороты направо, кругом, в колонну по два). Совершенствование навыка ползания на четвереньках по прямой в чередовании с ходьбой. Развивать умения ориентироваться в пространстве, глазомер, ловкость. Воспитывать выдержку в П./И «Зайцы, и волк», «Котята, и щенята».

**Календарно-тематическое планирование ОО  
в группе общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет**

Сентябрь старшая группа

Неделя	Перспективный план работы общеразвивающей направленности для детей с 5 до 6 лет.	
	Задачи занятия в спортивном зале	Задачи занятия в спортивном зале
1 неделя	Продолжать учить детей метанию набивного мяча весом 1 кг. Закрепить навык ходьбы по гимнастической скамейке, руки на поясе, ногу в сторону. Закрепить навык подтягивания на гимнастической скамейке с помощью рук на животе. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен), бег (враспынную, в колонне по одному). Развивать координационные способности детей, чувство самостраховки при ходьбе и ползание по гимнастической скамейке. Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил,	Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд, на месте, на двух ногах вместе под музыкальное сопровождение. Закрепить навык ползания на четвереньках по прямой дорожке друг за другом. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен), бег (враспынную, в колонне по одному). Развивать быстроту, внимание в П./И «Лохматый пёс», «Серый кот». Воспитывать уважение друг к другу в П./И «Лохматый пёс», «Серый кот».

	определённых в П./И «Лохматый пёс», «Серый кот».	
2 неделя	Обучать детей ползанию на четвереньках, толкая головой набивной мяч по гимнастической скамейке. Совершенствовать навык метания в горизонтальную цель мешочка весом 200гр. на расстоянии 2,2 метра. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен, «обезьяним шагом»), бега (с высоким подниманием колен, с ускорением). Развивать прыжковую выносливость в П./И «С кочки на кочку». Воспитывать выдержку в П./И «День и ночь», в И.М.П. «Найди, где спрятано».	Обучать детей прыжкам через длинную неподвижную и качающуюся скакалку. Продолжать учить детей ползанию на четвереньках, толкая головой мяч перед собой расстояние 3-4м. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен, «обезьяним шагом»), бега (с высоким подниманием колен, с ускорением). Развивать скоростную выносливость в П./И «День и ночь», внимание, сосредоточенность в И.М.П. «Найди, где спрятано». Воспитывать дружелюбные отношения в И.М.П. «Найди, где спрятано».
3 неделя	Учить детей ходьбе по верёвке диаметром 1,5-3см. положено зигзагообразно на пол, приставным шагом правым и левым боком. Совершенствовать навык метания мешочка весом 200гр. в вертикальную цель расстояние 2,2м. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен), бега (мелким и широким шагом, гимнастическим скольльзящим). Развивать быстроту реакции в П./И «Хитрая лиса», «Ловишка». Развивать умения переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной. Воспитывать уважение друг к другу в И.М.П. «Найди, где спрятано».	Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом вращения её назад, на двух ногах на месте. Учить детей под музыкальное сопровождение расслаблять мышечную систему. Продолжать учить детей ходьбе по верёвке диаметром 1,5-3см. положено зигзагообразно на пол, приставным шагом правым и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен), бега (мелким и широким шагом, гимнастическим скольльзящим). Развивать умение выполнять движения с изменением темпа, создавая образы знакомых героев в П./И «Хитрая лиса», «Ловишка» (убегающие изображают любимого героя). Воспитывать у детей уверенность в себе в П./И «Ловишка».
4 неделя	Учить детей размыкаться на вытянутые руки и смыкаться в колонне по два. Учить детей ходить по гимнастической скамейке, с остановкой и приседанием на середине. Совершенствовать навык подтягивания на гимнастической скамейке с помощью рук, ноги вместе, носки вытянутые. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок), бега (стремительного, со сменой темпа). Развивать творческое воображение в И.М.П. «Затейник». Воспитывать честность и справедливость в П./И «Серый кот», «Ловишка».	Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку, вращая её вперёд и назад на двух ногах на месте. Продолжать учить детей размыкаться на вытянутые руки и смыкаться в колонне по два. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок), бега (стремительного, со сменой темпа). Развивать скоростные способности в играх-эстафетах. Воспитывать чувство коллективизма в играх-эстафетах.
Октябрь старшая группа		
1 неделя	Учит детей ходить по гимнастической скамейке, перешагивая	Учит детей бросать мяч вверх и об пол и ловить его двумя руками без

	<p>через 5-6 набивных мячей способом руки в стороны, с высоким подниманием колен. Продолжать учить детей равнению в затылок в колонне по два. Совершенствовать навык ходьбы (приставным шагом правым и левым боком), бега (в медленном темпе, ускоренный, между предметами). Развивать умения согласовывать свои действия с действиями товарищей в П./И «Хитрая лиса», «День и ночь». Воспитывать выдержку в и/У «Гармошка».</p>	<p>потерь до 10 раз. Закрепить навык равнения в затылок в колонне по два. Совершенствовать навык ходьбы (приставным шагом правым и левым боком), бега (в медленном темпе, ускоренный, между предметами). Развивать творческое проявление ритмических движений под музыкальное сопровождение различного характера. Воспитывать честность в П./И «Хитрая лиса», «День и ночь».</p>
2 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, прокатывая мяч перед собой. Учить детей перестраиваться на право, налево переступанием. Закрепить навык ползания на четвереньках между предметами змейкой. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок, приставным шагом боком), бега (широким шагом, с высоким подниманием колен). Развивать внимание, выдержку, умение соблюдать правила П./И «Мы весёлые ребята», «Ловишка». Воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений в И.М.П. «Затейник».</p>	<p>Учить детей прыжкам на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков) в чередовании с ходьбой. Учить детей отбивать мяч правой и левой рукой 4-6 раз без потери. Продолжать совершенствовать навык ползания на четвереньках между предметами змейкой. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок, приставным шагом боком), бега (широким шагом, с высоким подниманием колен). Развивать у детей спортивные качества в П./И «Мы весёлые ребята», «Ловишка», воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений в И.М.П. «Затейник».</p>
3 неделя	<p>Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом с приседанием. Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его после хлопка в ладоши. Совершенствовать навык ходьбы (на носках, на пятках, в колене по одному, парами), бега (врассыпную, лёгкий). Развивать внимание и быстроту реакции в П./И «Мышеловка», «Хитрая лиса». Развивать координационные способности детей. Воспитывать честность в И.М.П. «Найди и промолчи».</p>	<p>Учить детей отбивать мяч об пол и ловить его после хлопка в ладоши. Продолжать учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его после хлопка в ладоши. Совершенствовать навык ходьбы (на носках, на пятках, в колене по одному, парами), бега (врассыпную, лёгкий). Развивать умение переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной. Развивать воображение детей в движениях посредством музыки. Воспитывать честность в П./И «Мышеловка», «Хитрая лиса», И.М.П. «Найди и промолчи».</p>
4 неделя	<p>Учить детей ходьбе по канату способом пятка на канате, носки на полу. Закрепит навык подлезания под гимнастическую скамейку способом «по-пластунски». Совершенствовать навык ходьбы (на пятках, с высоким подниманием колен, «обезьяним шагом»), бега (сменной</p>	<p>Учить детей ходьбе по канату способом пятка на канате, носки на полу. Закрепит навык подлезания под гимнастическую скамейку способом «по-пластунски». Совершенствовать навык ходьбы (на пятках, с высоким подниманием колен, «обезьяним шагом»), бега (сменной направления, с остановкой</p>



	<p>направления, с остановкой по сигналу, лёгкий). Развивать у детей умения передвигаться с предметами и между предметов с сохранением правильной осанки и равновесия во время проведения игр-эстафет. Воспитывать честность в П./И «Мышеловка», «Ловишка», в И.М.П. «Найди и промолчи».</p>	<p>по сигналу, лёгкий). Развивать у детей умения передвигаться с предметами и между предметов с сохранением правильной осанки и равновесия во время проведения игр-эстафет. Воспитывать честность в П./И «Мышеловка», «Ловишка», в И.М.П. «Найди и промолчи».</p>
--	---	---

Ноябрь старшая группа

1 неделя	<p>Продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке приставным шагом с мешочком на голове. Учить детей перебрасывать мяч друг другу из-за головы через волейбольную сетку. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, в парах); бега: (лёгкий, со сменой направления в прыжке, с высоким подниманием колен); перестроения: (в колонне, в круг, размыкание на вытянутые руки и смыкание друг за другом). Развивать умения согласовывать действия с действиями товарищей при выполнении общеразвивающих упражнений с фиестами. Упражнять детей в лазании по гимнастической стенке с использованием перекрёстной координации в П./И «Пожарные на учении». Развивать в детях умения сочетать бег с увёртыванием и подлезанием в П./И «Мышеловка». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>	<p>Учить детей прыжкам на двух ногах с продвижением вперёд расстояние 3-4 метра. Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу из-за головы расстояние 2-3 метра. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, в парах); бега: (лёгкий, со сменой направления в прыжке, с высоким подниманием колен); перестроения: (в колонне, в круг, размыкание на вытянутые руки и смыкание друг за другом). Продолжать развивать творческое проявление ритмичных движений под музыкальное сопровождение различного характера. Развивать в детях умения сочетать бег с увёртыванием и подлезанием в П./И «Мышеловка». Воспитывать честность в выполнении правил в П./И «Хитрая лиса» (с подлезанием).</p>
2 неделя	<p>Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу через волейбольную сетку расстояние 2 метра. Учить бегать в медленном темпе непрерывно в течении 1,5-2 минуты. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, на бёдрах сидя на полу); бега: (лёгкий, со сменой направления); перестроения: (колонну, круг, два круга). Развивать культуру движений и телесную рефлексию. Упражнять детей в лазании по гимнастической стенке с использованием перекрёстной координации в П./И «Пожарные на учении». Развивать у детей умения выбирать бег на скорость или бег с увёртыванием в зависимости от места нахождения ловишки в</p>	<p>Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу от груди двумя руками расстояние 2 метра. Учить бегать в медленном темпе непрерывно в течении 1,5-2 минуты. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, на бёдрах сидя на полу); бега: (лёгкий, со сменой направления); перестроения: (колонну, круг, два круга). Развивать прыжковую выносливость, прыгая способом, одна нога впереди, другая сзади. Развивать у детей умения выбирать бег на скорость или бег с увёртыванием в зависимости от места нахождения ловишки в П./И «Мы весёлые ребята». Воспитывать у детей уверенность в себе в сложных ситуациях, справедливость. Воспитывать честность в выполнении правил в П./И «Хитрая лиса» (с подлезанием).</p>

	П./И «Мы весёлые ребята». Воспитывать у детей уверенность в себе в сложившихся ситуациях, справедливость, честность.	
3 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с закрытыми глазами способом «крадучись». Учить детей боковому галопу правым боком и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, приставным шагом с хлопками над головой); бега: (лёгкий, с препятствиями); перестроения: (повороты на право и на лево переступанием, в шеренгу, в колонне). Развивать координационные способности детей, чувство самостраховки при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать умения выполнять подлезания с ходу, выбирая способ в зависимости от высоты в П./И «Караси и щука». Воспитывать у детей честность, справедливость в П./И «Хитрая лиса» (с подлезанием).	Продолжать учить детей боковому галопу правым боком и левым боком. Учить детей подлезанию под дугу боком (правым и левым) способом присесть одна нога прямая, под дугой, подлезть и выпрямить другую ногу. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, приставным шагом с хлопками над головой); бега: (лёгкий, с препятствиями); перестроения: (повороты на право и на лево переступанием, в шеренгу, в колонне). Развивать прыжковую выносливость детей, прыгая скрестно, способом одна нога впереди, другая сзади. Развивать умения выполнять подлезания с ходу, выбирая способ в зависимости от высоты в П./И «Караси и щука». Воспитывать у детей честность, справедливость в П./И «Хитрая лиса» (с подлезанием). Воспитывать чувство согласованности в движения и музыки.
4 неделя	Продолжать учить перебрасывать мяч через волейбольную сетку любым удобным способом: снизу, из-за головы, от груди, от плеча одной рукой. Учить детей перестраиваться в колонну по три. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, приставным шагом с приседанием, обычная); бега: (лёгкий, ускоренный, с остановкой по сигналу, со сменой направления прыжком); перестроения: (в шеренгу, в колонне по два, в колонну по одному). Развивать умения согласовывать свои действия с действиями товарищей по команде, в командной игре пионербол. Воспитывать чувство коллективизма, уважение к товарищам по команде, игровые взаимоотношения.	Продолжать учить перебрасывать мяч друг другу любым удобным способом: снизу, из-за головы, от груди, от плеча одной рукой. Продолжать учить детей перестраиваться в колонне по три. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, приставным шагом с приседанием, обычная); бега: (лёгкий, ускоренный, с остановкой по сигналу, со сменой направления прыжком); перестроения: (в шеренгу, в колонне по два, в колонну по одному). Развивать прыжковую выносливость, прыгая на двух ногах с зажатым мячом между ног. Развивать умения выполнять подлезания с ходу, выбирая способ в зависимости от высоты в П./И «Караси и щука». Воспитывать у детей честность, справедливость в П./И «Хитрая лиса» (с подлезанием). Упражнять детей в расслаблении под музыкальное сопровождение.
Декабрь старшая группа		
1 неделя	Учить детей ходьбе по наклонной доске вверх и вниз на носочках, руки на поясе. Закрепить навык лазанья по гимнастической скамейке способом «обезьянки».	Учить детей удерживать теннисный мячик на теннисной ракетке. Фиксировать внимание на исходное положение. Закрепить навык прыжка на двух ногах с продвижением вперёд на 2-3 метра.

	Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, приставным шагом с приседанием, с притопами); бега: (лёгкий, ускоренный); перестроения: (построение в круг, в шеренгу, по диагонали, по звеньям). Развивать скоростную выносливость в ускоренном беге в П./И «Мы весёлые ребята». Развивать творческое воображение в П./И «Затейник». Воспитывать интерес к физическим упражнениям.	Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, приставным шагом с приседанием, с притопами); бега: (лёгкий, ускоренный); перестроения: (построение в круг, в шеренгу, по диагонали, по звеньям). Развивать скоростную выносливость в П./И «Два Мороза». Развивать творческое воображение в И.М.П. «Затейник» под музыкальное сопровождение. Воспитывать интерес и желание заниматься спортом.
2 неделя	Учить детей ходьбе по наклонной доске вверх и вниз приставным шагом руки на поясе. Учить детей ходьбе змейкой без предметов. Закрепить навык подскоков на одной, и другой ноге чередуя. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с продвижением вперёд, в кружении); бега: (с высоким подниманием колен, со сменой направления); перестроения: (в шеренгу, колону по 1,2,3, по диагонали). Развивать координационные способности детей при выполнении О.В.Д. Приучать детей контролировать и оценивать действия, сравнивать их с действиями других детей. Воспитывать самообладание, смелость в П./И «Два Мороза», и И.М.П. «Гостья».	Учить детей отбивать теннисный мяч теннисной ракеткой. Продолжать учить детей ходьбе змейкой без предметов. Закрепить навык подскоков на одной, и другой ноге, чередуя под музыкальное сопровождение. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с продвижением вперёд, в кружении); бега: (с высоким подниманием колен, со сменой направления); перестроения: (в шеренгу, колону по 1,2,3, по диагонали). Развивать умения согласовывать свои действия с действиями своих товарищей. Воспитывать настойчивость, выдержку, самообладание, смелость в П./И «Два Мороза», и И.М.П. «Гостья».
3 неделя	Учить детей бегать по наклонной доске с остановкой у шведской стенки и спокойному спуску способом руки на поясе, ногу в сторону. Развивать скоростные способности, внимание, быстроту реакции при беге с остановкой по сигналу. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, полуприсед с выставлением ноги на пятку, «шаг гномов»); бега: (лёгкий, по диагонали, змейкой, со сменной направления); перестроения: (в шеренгу, в колоне по 1,2,3, повороты кругом). Воспитывать честность в П./И «Перестрелбол».	Продолжать учить детей отбивать теннисный мяч ракеткой 3-5 раз без потери. Развивать прыжковую выносливость, прыгая способом ноги врозь, вместе на носках, руки в стороны. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, полуприсед с выставлением ноги на пятку, «шаг гномов»); бега: (лёгкий, по диагонали, змейкой, со сменной направления); перестроения: (в шеренгу, в колоне по 1,2,3, повороты кругом). Воспитывать честность в П./И «Перестрелбол». Воспитывать чувство согласованности движения и музыки.
4 неделя	Продолжать учить детей удерживать теннисный мяч на ракетке и отбиванию теннисного мяча ракеткой. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, в колоне по два); бега: (лёгкий, «обезьяний»);	Учить детей перелазить через несколько предметов разными способами. Учить детей выполнять упражнения под музыку, развивая творческую направленность. Продолжать учить детей удерживать теннисный мяч на ракетке и отбиванию теннисного мяча ракеткой.

	<p>перестроения: (в колонне по 1,2, в шеренгу повороты на право, на лево). Развивать координационные способности во время прыжков на хоппах. Развивать скоростные способности, в играх-эстафетах используя элементы спортивных игр: футбол, теннис. Воспитывать уважение друг к другу, уверенность к себе, игровые взаимоотношения.</p>	<p>Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, в колонне по два); бега: (лёгкий, «обезьяний»); перестроения: (в колонне по 1,2, в шеренгу повороты на право, на лево). Развивать координационные способности во время прыжков на хоппах. Развивать скоростные способности, в играх-эстафетах используя элементы спортивных игр: футбол, теннис. Воспитывать уважение друг к другу, уверенность к себе, игровые взаимоотношения.</p>
--	---	--

Январь старшая группа

3 неделя	<p>Учить детей забрасывать мяч в баскетбольную корзину способом двумя руками от груди, подпрыгивать до предмета, подвешенного на расстоянии 15-20 см. выше поднятой руки ребёнка.</p> <p>Продолжать учить детей непрерывному бегу в течение 1,5-2 минуты в медленном темпе. Развивать координационные способности во время ползания по гимнастической скамейке на спине при помощи рук и ног, глазомер, выносливость. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, «петушиный шаг», «обезьяний шаг»); навык бега: (на носочках в медленном темпе, с ускорением, лёгкий, по диагонали); навык перестроения: (в колонну по 2,3, равнение в затылок, повороты направо, на лево). Воспитывать настойчивость, честность, в П./И «Чай, чай выручай» с подлезанием между ногами, П./И «Перестрелбол».</p>	<p>Учить детей подлезанию под верёвкой высотой 40-50 см.</p> <p>Продолжать учить ходить по канату способом пятки на канате, носки на полу, руки на поясе. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, «петушиный шаг», «обезьяний шаг»); навык бега: (на носочках в медленном темпе, с ускорением, лёгкий, по диагонали); навык перестроения: (в колонну по 2,3, равнение в затылок, повороты направо, на лево). Развивать у детей умения передвигаться с предметами и между предметами с сохранением правильной осанки и равновесия во время проведения игр-эстафет. Воспитывать настойчивость, честность, в П./И «Чай, чай выручай» с подлезанием между ногами, П./И «Перестрелбол».</p>
4 неделя	<p>Обучить детей ведению мяча правой и левой рукой на месте способом ноги на ширине плеч, рука «колокольчиком» сверху, перебрасыванию мяча друг другу от груди. Развивать координационные способности во время ходьбы по шнуру, положенному зигзагообразно. Приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги, руки на поясе. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, «раком» с опорой на ступни и кисти рук); навык бега: (на носочках в медленном темпе, с</p>	<p>Продолжать обучать детей ведению мяча правой и левой рукой на месте способом ноги на ширине плеч, рука «колокольчиком» сверху, перебрасыванию мяча друг другу от груди. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, «раком» с опорой на ступни и кисти рук); навык бега: (на носочках в медленном темпе, с ускорением, лёгкий, по диагонали); навык перестроения: (в колонну по 2,3, равнение в затылок, размыкание на вытянутые руки назад). Развивать воображение детей в движениях посредством музыки. Воспитывать у детей уверенность в</p>

	ускорением, лёгкий, по диагонали); навык перестроения: (в колонну по 2,3, равнение в затылок, размыкание на вытянутые руки назад). Воспитывать у детей уверенность в себе в сложных ситуациях, справедливость в П./И «Охотники и зайцы», П./И «Ловишка с ленточками», в И.М.П. «Гостья».	себе в сложных ситуациях, справедливость в П./И «Охотники и зайцы», П./И «Ловишка с ленточками», в И.М.П. «Гостья», чувство согласованности движения и музыки.
--	--	--

Февраль старшая группа

1 неделя	<p>Обучение детей ходьбе по гимнастической скамейке со сменой направления, способом поворота кругом, навыку лазанья по шведской стенке высотой 2,5 метра одноимённым способом, с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы; (обычная, на носочках, на пятках, способом «рак» ногами вперёд, «обезьяний шаг»); бега (лёгкий, стремительный, со сменной направления и остановкой по сигналу), перестроения (в колонну по два, три, по диагонали, змейкой без ориентиров).</p> <p>Развивать самостоятельность, быстроту, силу воли, быстроту реакции в П./И «Выбивала», «Ловишка с приседалками». Воспитывать игровые взаимоотношения в п./и, выдержку, умения расслабляться с помощью И/У «Облако», «Дровосека».</p>	<p>Обучение детей прыжкам в глубину с кубов, высота 30-40 см., прокатывать набивной мяч весом 1 кг. змейкой между предметами. Учить детей под музыку расслаблять мышечную систему, сохраняя эмоциональное настроение. Совершенствовать навык ходьбы; (обычная, на носочках, на пятках, способом «рак» ногами вперёд, «обезьяний шаг»); бега (лёгкий, стремительный, со сменной направления и остановкой по сигналу), перестроения (в колонну по два, три, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать воображение детей в движениях посредством музыки, самостоятельность, быстроту, силу воли, быстроту реакции в П./И «Выбивала», «Ловишка с приседалками». Воспитывать игровые взаимоотношения в п./и, выдержку, умения расслабляться с помощью И/У «Облако», «Дровосека».</p>
2 неделя	<p>Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке со сменой направления, способом поворота кругом, навыку лазанья по шведской стенке высотой 2,5 метра разноимённым способом, с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с перекатом с пятки на носок с задержкой на носке); навык бега: (лёгкий, с преодолением препятствий, с высоким подниманием колен); навык перестроения: (в шеренгу, равнение в шеренге, команду смирно в шеренге, в колонну по два, по три, равнение в затылок). Развивать чувство равновесия во время выполнения общеразвивающих упражнений на гимнастической скамейке, выдержку, сдержанность в П./И «Пограничник», доверия И.М.П. «Санитар».</p>	<p>Продолжать учить детей прыжкам в глубину с кубов, высота 30-40 см., прокатывать набивной мяч весом 1 кг. змейкой между предметами. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с перекатом с пятки на носок с задержкой на носке); навык бега: (лёгкий, с преодолением препятствий, с высоким подниманием колен); навык перестроения: (в шеренгу, равнение в шеренге, команду смирно в шеренге, в колонну по два, по три, равнение в затылок). Развивать чувство равновесия во время выполнения общеразвивающих упражнений на гимнастической скамейке, выдержку, сдержанность в П./И «Пограничник», доверия И.М.П. «Санитар». Воспитывать у детей уверенность в себе, игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в игре.</p>

	Воспитывать у детей уверенность в себе, игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в игре.	
3 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, лазанью по шведской стенке с пролёта на пролёт высотой 2,5 метров. Развивать координационные способности. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках руки в замок за голову, с закрытыми глазами); бега: (мелким шагом, змейкой, по диагонали); перестроения: (перестроение в колонну по 2,3. Из колонны в круг, 2 круга). Развивать скоростные способности в П./И «Бездомный заяц», меткость, выдержку в И/У «Сбей кеглю». Воспитывать любовь к П./И народов севера «Ловля олений».	Учить детей прыжкам на батуте упражнение «стойкий оловянный солдатик». Продолжать учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой на месте. Развивать координационные способности. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках руки в замок за голову, с закрытыми глазами); бега: (мелким шагом, змейкой, по диагонали); перестроения: (перестроение в колонну по 2,3, из колонны в круг, 2 круга) под музыкальное сопровождение. Развивать скоростные способности в П./И «Бездомный заяц», меткость, выдержку в И/У «Сбей кеглю». Воспитывать любовь к П./И народов севера «Ловля олений».
4 неделя	Учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой, поочередно продвигаясь вперёд шагом на 5-6 метров. Учить детей договариваться в П./И народов севера «Льдинки, ветер и мороз». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, в разных направлениях, с высоким подниманием колен способом «олени»); бега: (лёгкий, с преодолением препятствий, с высоким подниманием колен «олени», в парах); перестроения: (построение в колонну по 2,3, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать скоростные способности, в играх-эстафетах используя элементы спортивных игр: футбол, теннис. Воспитывать уважение друг к другу, уверенность к себе, игровые взаимоотношения.	Учить детей прыжкам в высоту способом прямо, ноги вместе через 6-7 предметов, высота предметов 15-20 см. Продолжать учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой, поочередно продвигаясь вперёд шагом на 5-6 метров, договариваться в П./И народов севера «Льдинки, ветер и мороз». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, в разных направлениях, с высоким подниманием колен способом «олени»); бега: (лёгкий, с преодолением препятствий, с высоким подниманием колен «олени», в парах); перестроения: (построение в колонну по 2,3, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать скоростные способности, в играх-эстафетах под музыкальное сопровождение, используя элементы спортивных игр: футбол, теннис. Воспитывать уважение друг к другу, уверенность к себе, игровые взаимоотношения.
Март старшая группа		
1 неделя	Учить детей вращать обруч на талии. Развивать прыжковую выносливость во время прыжков, допрыгивая до предмета с места, подвешенного на высоте 15-20 см. выше поднятой руки ребёнка. Развивать грациозность и красоту движений при	Учить детей подлезанию в обруч правым, левым боком и спиной. Продолжать учить детей вращать обруч на талии. Развивать грациозность и красоту движений при выполнении оберазвивающих упражнений с обручем, внимание и быстроту реакции в П./И «Смена

	<p>выполнении образующих упражнений с обручем, внимание и быстроту реакции в П./И «Смена ведущего», «Чай, чай, выручай» с подлезанием. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с закрытыми глазами, фиксируя внимание на руки, как помощников, «петушинный шаг»); бега: (лёгкий, парами держась за руки и по сигналу кружась, в колонне по 1); перестроения: (построение в шеренгу, равнение в шеренге, команда смирно, построение в колонну по 2,3, размыкание и смыкание). Воспитывать любовь к своей малой Родине Югре в П./И «Каюр и собаки».</p>	<p>ведущего», «Чай, чай, выручай» с подлезанием под музыкальное сопровождение. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с закрытыми глазами, фиксируя внимание на руки, как помощников, «петушинный шаг»); бега: (лёгкий, парами держась за руки и по сигналу кружась, в колонне по 1); перестроения: (построение в шеренгу, равнение в шеренге, команда смирно, построение в колонну по 2,3, размыкание и смыкание). Воспитывать любовь к своей малой Родине Югре в П./И «Каюр и собаки».</p>
2 неделя	<p>Учить детей лазанью по «чудо лестнице» одноимённым способом. Продолжать учить детей вращать обруч на талии. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом с прыжком вверх); бега: (лёгкий, на носочках, по наклонной доске вверх, вниз, по диагонали. Змейкой с ориентирами); перестроения: (построение в колонну, повороты кругом). Развивать скоростные способности в П./И «Бездомный заяц», «Перестрел бол». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>	<p>Учить детей метать в неподвижную цель с расстояния 2,2 метра. Продолжать учить детей вращать обруч на талии. Закрепить навык прыжка на двух ногах с продвижением вперёд. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом с прыжком вверх); бега: (лёгкий, на носочках, по наклонной доске вверх, вниз, по диагонали. Змейкой с ориентирами); перестроения: (построение в колонну, повороты кругом). Развивать скоростные способности в П./И «Бездомный заяц», «Перестрел бол». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями под музыкальное сопровождение.</p>
3 неделя	<p>Продолжать учить детей вращать обруч на талии, фиксировать внимание на продолжительность удержания обруча, лазанью по «чудо лестнице» одноимённым способом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, стремительный, приставным шагом правым и левым боком); перестроения: (в колонну по два, три, по диагонали, змейкой с ориентирами). Развивать у детей чувство самостраховки при выполнении разнообразных движений во время игр: П./И «Третий лишний», П./И «Удочка». Воспитание самостоятельность в решении двигательных задач, вызывать интерес к играм народов севера</p>	<p>Продолжать учить детей вращать обруч на талии, фиксировать внимание на продолжительность удержания обруча, прокатывание обруча друг другу. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, стремительный, приставным шагом правым и левым боком); перестроения: (в колонну по два, три, по диагонали, змейкой с ориентирами). Развивать у детей чувство самостраховки при выполнении разнообразных движений во время игр: П./И «Третий лишний», П./И «Удочка». Развивать творческое проявление ритмических движений под музыку различного характера. Воспитание самостоятельность в решении двигательных задач, вызывать интерес к играм народов севера «Олень упряжки».</p>

	«Олень упряжки».	
4 неделя	Учить детей бегать с преодолением различных препятствий. Продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке с закрытыми глазами. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная на носочках, на пятках, спиной вперёд, полу присед); бега: (лёгкий, стремительный, со сменой направления, с преодолением препятствий); перестроения: (равнение в шеренге, повороты направо, налево, в движении на углах). Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.	Учить детей подлезанию в обруч спиной вперёд. Продолжать учить детей бегать с преодолением различных препятствий. Закрепить навык прыжков на хобах и на батуте упражнение «Кенгуру». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная на носочках, на пятках, спиной вперёд, полу присед); бега: (лёгкий, стремительный, со сменой направления, с преодолением препятствий); перестроения: (равнение в шеренге, повороты направо, налево, в движении на углах). Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Развивать умения создавать свою двигательную программу под медленную музыку. Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.

Апрель старшая группа

1 неделя	Продолжать учить детей прыгать на мягкое покрытие высотой 20 см., учить детей подлезанию в обруч спиной вперёд. Продолжать учить детей бегать с преодолением различных препятствий. Закрепить навык прыжков на хобах и на батуте упражнение «Кенгуру». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная на носочках, на пятках, спиной вперёд, полу присед, на бёдрах, поочерёдно выбрасывая ноги вперёд на месте); бега: (лёгкий, стремительный, со сменой направления, с преодолением препятствий, спиной вперёд); перестроения: (равнение в шеренге, повороты направо, налево, в движении на углах, построение в колонну по два, три). Развивать умение владеть своим телом и сохранять группировку, правильную осанку, у детей спортивные и волевые качества в П./И «Волк ворву», П./И дразнилка «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.	Продолжать учить детей прыгать на мягкое покрытие высотой 20 см., учить детей подлезанию в обруч спиной вперёд. Продолжать учить детей бегать с преодолением различных препятствий. Закрепить навык прыжков на хобах и на батуте упражнение «Кенгуру», отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная на носочках, на пятках, спиной вперёд, полу присед, на бёдрах, поочерёдно выбрасывая ноги вперёд на месте); бега: (лёгкий, стремительный, со сменой направления, с преодолением препятствий, спиной вперёд); перестроения: (равнение в шеренге, повороты направо, налево, в движении на углах, построение в колонну по два, три). Развивать умение владеть своим телом и сохранять группировку, правильную осанку, у детей спортивные и волевые качества в П./И «Волк во рве», П./И дразнилка «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.
2 неделя	Учить детей прыжкам в высоту с разбега высота 30-40 см., отбивание мяча ногой о стенку внутренней и внешней	Учить детей выполнять силовые упражнения: (отжимание, «Ванька-встанька»), учить детей расслаблять мышечную систему, сохраняя



	<p>стороной стопы ноги. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, «петушиный» шаг, со сменой направления); бега: (лёгкий, парами, по кругу, в колонне, по залу в обход, со сменой направления); перестроения: (построение в колонну по два и три, равнение в затылок, повороты направо, налево в прыжке). Развивать выносливость, силу толчка во время прыжков, силу воли, интерес к играм: П./И «Волк во рве», П./И дразнилка «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>	<p>эмоциональное настроение. Закрепить навык прыжка ноги скрестно. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, «петушиный» шаг, со сменой направления); бега: (лёгкий, парами, по кругу, в колонне, по залу в обход, со сменой направления); перестроения: (построение в колонну по два и три, равнение в затылок, повороты направо, налево в прыжке). Развивать выносливость, силу толчка во время прыжков, силу воли, интерес к играм: П./И «Горелки с платочком», П./И дразнилка «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>
3 неделя	<p>Учить детей отбиванию мяча между и вокруг предметов ногой, любым удобным способом. Совершенствование навыка: (обычная, на носочках, на пятках, «гуськом», со сменой направления); бега: (врассыпную, в колонне по одному, с ускорением); перестроения: (построение в колонну по три, равнение в затылок, повороты направо, налево, в движении). Развивать ловкость, выносливость, меткость, умения выполнять роль ведущего в подвижных играх П./И «Волк во рву», П./И дразнилка «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>	<p>Продолжать учить детей отбиванию мяча между и вокруг предметов ногой, любым удобным способом. Совершенствование навыка: (обычная, на носочках, на пятках, «гуськом», со сменой направления); бега: (врассыпную, в колонне по одному, с ускорением); перестроения: (построение в колонну по три, равнение в затылок, повороты направо, налево, в движении). Развивать ловкость, выносливость, меткость, умения выполнять роль ведущего в подвижных играх П./И «Волк во рву», П./И дразнилка «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам под музыкальное сопровождение.</p>
4 неделя	<p>Учить детей передавать мяч ногой друг другу расстояние 3-5 метров. Совершенствовать навык подтягивания на гимнастической скамейке, навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с перекатом с пятки на носок, с остановкой по сигналу; бега: (с преодолением препятствий, лёгкий, с ускорением); перестроение: (в колонну по три, размыкание и смыкание, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать статическое равновесие стоя на одной ноге, другую поджать и закрыть глаза, выносливость, быстроту, ловкость, внимание в П./И «Достань камешек», «Бой подушками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями</p>	<p>Продолжать учить детей передавать мяч ногой друг другу расстояние 3-5 метров. Совершенствовать навык подтягивания на гимнастической скамейке, навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с перекатом с пятки на носок, с остановкой по сигналу; бега: (с преодолением препятствий, лёгкий, с ускорением); перестроение: (в колонну по три, размыкание и смыкание, по диагонали, змейкой без ориентиров). Закрепить навык прыжков на двух ногах с зажатым мячом между ног. Развивать статическое равновесие стоя на одной ноге, другую поджать и закрыть глаза, выносливость, быстроту, ловкость, внимание в П./И «Достань камешек», «Бой подушками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями, чувство согласованности движения и музыки.</p>

<p>1 неделя</p>	<p>Учить детей ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейке. Закрепить навык передавать мяч ногой друг другу расстояние 3-5 метров, подлазание под гимнастическую скамейку. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с изменением темпа, направления, спиной вперёд, в колонну по два, три); бега: (лёгкий, стремительный, на месте фиксируя внимание на правильность отмашки рук); перестроения: (в колонну по два, три, равнение в шеренге, размыкание и смыкание в шеренге). Развивать умение владеть своим телом и сохранять группировку, правильную осанку, у детей спортивные и волевые качества в П./И «Волк во-рву», П./И дразнилка «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>	<p>Продолжать учить детей ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейке. Закрепить навык передавать мяч ногой друг другу расстояние 3-5 метров. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с изменением темпа, направления, спиной вперёд, в колонну по два, три); бега: (лёгкий, стремительный, на месте фиксируя внимание на правильность отмашки рук); перестроения: (в колонну по два, три, равнение в шеренге, размыкание и смыкание в шеренге), метания набивного мяча весом. Развивать умение владеть своим телом и сохранять группировку, правильную осанку, у детей спортивные и волевые качества в П./И «Волк во-рву», П./И дразнилка «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>
<p>2 неделя</p>	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы. Закрепить лазание по «Чудо лестнице» любым удобным способом с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, «Петушиный» шаг, с изменением направления); бега: (лёгкий, стремительный, на месте, в кружении вокруг себя, спиной вперёд); перестроения: (повороты направо, на лево, кругом прыжком). Развивать находчивость, равновесие, координацию движения, выносливость в П./И «Достань камешек», «Бой подушками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями</p>	<p>Учить детей играть в элементарную спортивную игру футбол. Закрепить лазание по «Чудо лестнице» любым удобным способом с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, «Петушиный» шаг, с изменением направления); бега: (лёгкий, стремительный, на месте, в кружении вокруг себя, спиной вперёд); перестроения: (повороты направо, на лево, кругом прыжком), навык прыжка ноги вместе врозь. Развивать находчивость, равновесие, координацию движения, выносливость в П./И «Достань камешек», «Бой подушками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями</p>
<p>3 неделя</p>	<p>Продолжать обучать вращение обруча на талии. Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы. Закрепить лазание по «Чудо лестнице» любым удобным способом с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд); бега: (лёгкий, с ускорением, прыжком с целью достать предмет,</p>	<p>Продолжать обучать вращение обруча на талии. Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы. Закрепить лазание по «Чудо лестнице» любым удобным способом с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд; бега: лёгкий, с ускорением, прыжком с целью достать предмет, «обезьяний шаг»; перестроения: в шеренгу, равнение смирно,</p>

	«обезьяний шаг»); перестроения: (в шеренгу, равнение смирно, построение в колонну по три). Развивать внимание, выносливость, ловкость, смелость в П./И «Голубь», «Ловишка с ленточками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями, чувство согласованности движения.	построение в колонну по три. Развивать внимание, выносливость, ловкость, смелость в П./И «Голубь», «Ловишка с ленточками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями, чувство согласованности движения под музыкальное сопровождение.
4 неделя	Учить детей вращать обруч на руке, фиксируя внимание на исходное положение и стойку. Закрепить навык подлезания под гимнастическую скамейку, прыжков на двух ногах с зажатым между ног мячом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд); бега: (лёгкий, с ускорением, прыжком с целью достать предмет, «обезьяний шаг»); перестроения: (в шеренгу, равнение смирно, построение в колонну по три). Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил,	Учить детей вращать обруч на руке, фиксируя внимание на исходное положение и стойку. Закрепить навык подлезания под гимнастическую скамейку, прыжков на двух ногах с зажатым между ног мячом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд); бега: (лёгкий, с ускорением, прыжком с целью достать предмет, «обезьяний шаг»); перестроения: (в шеренгу, равнение смирно, построение в колонну по три). Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил,

**Календарно-тематическое планирование ОО  
в группе общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет**

Сентябрь подготовительная группа

Неделя	Перспективный план работы групп общеразвивающей направленности для детей с 6 до 7 лет.	
	Задачи занятия в спортивном зале	Задачи занятия в спортивном зале
1 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом боком (правым и левым). Продолжать учить детей подлезанию под дугу разными способами (боком, задом, лицом вперёд). Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен). Развивать быстроту реакции, скорость, выносливость, ловкость в П./И «Салки ноги от земли», «Липкий пенёк» и в И.М.П. «Золотые ворота». Воспитывать интерес к занятию спортом.</p>	<p>Учит детей метать вдаль правой и левой рукой на расстоянии 6-12м. мешочков с песком или солью весом в 200гр. Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд на двух ногах, с ноги на ногу. Продолжать учить детей метать набивной мяч вдаль весом 1кг. Развивать выносливость в П./И «Салки ноги от земли» (на гимнастических палках), П./И «Липкие пеньки». Вырабатывать умения выполнять движения с изменением темпа музыки, создавая образы знакомых героев игр.</p>
2 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом с мешочком на спине. Закрепить навык ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Совершенствовать навык ходьбы (полуприсед, приставным шагом, по гимнастической скамейке с мешочком на голове). Развивать прыжковую выносливость в П./И «Волк во ров», быстроту реакции, ловкость в П./И «Салки ноги от земли». Воспитывать положительное отношение к физкультурным занятиям.</p>	<p>Учить детей метанию в горизонтальную и вертикальную цель расстояние 4-5м. Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки назад на двух ног на месте. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, спиной вперёд, полный присед, на пяточках), бег (лёгкий стремительный, с поворотом вокруг себя на сигнал, со сменой направления, с изменением темпа, чередую с ходьбой). Развивать внимание и умения быстро реагировать на сигнал в П./И «Волк во рве», ловкость в П./И «Салка ноги от земли». Воспитывать у детей самостоятельность в выполнении фрагментов ритмических гимнастик в соответствии с музыкой.</p>
3 неделя	<p>Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд скрестно, прыгая на двух ногах. Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на спине, вес 200гр. Развивать у детей чувство равновесия при ходьбе по гимнастические скамейки. Развивать у детей смелость, быстроту реакции и скоростные качества в П./И «Ловишка замирала», борцовские качества в и/У «Бой петухов». Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на</p>	<p>Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку разными способами (руки вперёд, назад, скрестив руки) прыгая на двух ногах на месте. Закрепить навык равновесия при ходьбе по прямой дорожке с мешочком на голове расстояние 5-6м. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, приставным шагом вперёд спиной), бег (по диагонали, с высоким подниманием колен). Развивать скоростные качества, быстроту реакции и выдержку в П./И «Ловишка замирала». Воспитывать прыжковую выносливость на одной ноге в И/У «Бой</p>

	пятках, приставным шагом вперёд спиной), бег (по диагонали, с высоким подниманием колен). Воспитывать интерес к занятию спортом.	петухов».
4 неделя	Учить детей борцовским качествам, умению проигрывать и выигрывать. Закрепить навык подлезания под дугу, в туннель. Развивать у детей ловкость, смекалку, выдержку при прыжках на двух ногах с зажатым между ног мячом с продвижением вперёд. Развивать координационные способности детей при ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом вперёд, приседая на каждый шаг, перенося махом через сторону прямую ногу вперёд. Учить детей расслабляться и восстанавливать дыхание после активной двигательной деятельности (игр-эстафет). Воспитание у детей интереса к играм-эстафетам, чувство взаимопомощи.	Продолжать учить детей борцовским качествам, умению проигрывать и выигрывать. Закрепить навык прыжков на двух ногах с зажатым мячом между ног с продвижением вперёд, подлезанию в туннель способом «обезьяний шаг» (на ладонях и ступнях), подлезание под дугой правым и левым боком. Развивать скоростную выносливость в играх-эстафетах. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, спиной вперёд, с поворотом вокруг себя в движении, полный присед), бег (с изменением темпа и направления, ускоренный, с остановкой по сигналу). Воспитывать чувство взаимопомощи, интерес к занятиям спортом, к движениям.

Октябрь подготовительная группа

1 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги вверх, вперёд и деля под ней хлопок руками. Учить детей рассчитывать на первый и второй, равнению в колонне. Учить детей бегать, используя всё пространство зала, не наталкиваясь друг на друга в П./И «Мы весёлые ребята». Совершенствовать навык ползанья по гимнастической скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках), бег (широким шагом). Упражнять детей в расслаблении и восстановлении дыхания. Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворения от полученной двигательной нагрузки в П./И «Лягушки и цапля».	Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками, бросать его о землю и ловить его двумя руками до 15-20 раз без потери. Продолжать учить детей подпрыгиванию на месте с поворотом кругом по 30-40 прыжков, чередуя с ходьбой. Повторить 3-4 раза. Учиться детей общаться в жестово-мимической форме во время выполнения движений под музыкальное сопровождение. Развивать прыжковую выносливость, в исходном положении присесть в П./И «Лягушки и цапля». Воспитывать умения проявлять ловкость, решительность и смелость в П./И «Мы весёлые ребята». Упражнять детей в расслаблении и восстановлении дыхания И.М.П. «Золотые ворота».
2 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, с остановкой на середине и перешагивая через мяч вперёд,	Учить детей двигать в соответствии с заданным темпом, выдерживать ритм движения в сопровождении музыки при выполнении общих

	<p>назад, который в руках. Совершенствовать навык прыжка с продвижением вперёд на двух ногах на расстояние 5-6 метров. Совершенствовать навыки перестроения (повороты на право, налево, равнение в шеренге), бег (змейкой, парами, широким шагом). Развивать, прыжковую выносливость в П./И «Салка на одной ноге». Развивать координационные способности детей во время прыжков на одной ноге. Воспитывать у детей уверенность в себе в П./И «Мы весёлые ребята».</p>	<p>развивающих упражнений. Продолжать учить детей отбивать мяч, об пол чередуя правую и левую руку на месте. Совершенствовать навык ходьбы на носочках, на пятках, спиной вперёд; бег лёгкий, ускоренный под музыкальное сопровождение. Развивать быстроту, ловкость в П./И «Салка на одной ноге», П./И «Мы весёлые ребята». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>
3 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, с остановкой и приседанием на середине, разворотом кругом. Продолжать учить детей перепрыгивать верёвку правым и левым боком высота 40 см. Совершенствовать навык ходьбы (крестным шагом, гуськом, «обезьяним шагом»). Бег (враспынную, сильно сгибая ноги назад). Развивать внимание и быстроту реакции в П./И «Вороны и воробьи». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в И.М.П. «Гостья».</p>	<p>Учить детей перебрасывать мяч друг другу и ловить его после отскока двумя руками от груди. Продолжать учить детей перепрыгивать верёвку высотой 50 см. правым и левым боком. Совершенствовать бег, враспынную чередуя с ходьбой в колонне. Учить детей сочетать двигательные навыки с характером музыки. Развивать чувство ритма в ритмической композиции «Мы едем, едем, едем ...». Воспитывать настойчивость в П./И «Вороны и воробьи».</p>
4 неделя	<p>Учить детей бросать мяч о землю и ловить его после трёх хлопков в ладоши. Совершенствовать навык ходьбы по узкой стороне гимнастической скамейке, продвигаясь вперёд спокойным шагом, подлезание под гимнастическую скамейку способом «по-пластунски». Развивать борцовские качества, умение проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет. Развивать умения манипулировать с мячом во время игр-эстафет. Воспитывать дружеские чувства, взаимовыручку, взаимную поддержку в играх, эстафетах.</p>	<p>Продолжать учить детей бросанию мяча о пол и ловля его после трёх хлопков в ладоши. Закрепить навык прыжков на двух ногах с продвижением вперёд с зажатым мячом между ног. Совершенствовать эстафетный бег с мячом в руках. Развивать скоростные способности в играх-эстафетах с мячом. Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.</p>
Ноябрь подготовительная группа		
1 неделя	<p>Учить детей перебрасывать мяч друг другу снизу через волейбольную сетку расстояние 3-4 метра. Развивать</p>	<p>Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу снизу расстояние 3-4 метра. Учить детей перепрыгивать верёвку с набивным</p>

	<p>координационные способности во время ходьбы по узкой стороне гимнастической скамейке приставным шагом правым и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, по диагонали, змейкой с препятствиями, спиной вперёд), бега (с преодолением препятствий, спиной вперёд), перестроения (повороты на месте кругом, перестроение в колонне по три). Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки в П./И «Волк во рве», П./И «Салки ноги от земли», в И.М.П. «Гостья».</p>	<p>мячом в руках вес 1 кг. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, по диагонали, змейкой с препятствиями, спиной вперёд), бега (с преодолением препятствий, спиной вперёд), перестроения (повороты на месте кругом, перестроение в колонне по три). Развивать чувство ритма при выполнении общеразвивающих упражнений. Развивать у детей умения увёртываться от «волков» в П./И «Волк во ров». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки в П./И «Салки ноги от земли», в И.М.П. «Гостья».</p>
2 неделя	<p>Продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу из-за головы через волейбольную сетку расстояние 3-4метра. Совершенствовать навык лазания по гимнастической скамейке упражнение «гусь». Совершенствовать навык ходьбы (с ритмичными хлопками под прямой ногой, «обезьяний» шаг, с высоким подниманием колен, приставным шагом правым и левым боком), бега («обезьяний» галоп, боковой галоп правым и левым боком), перестроение (в колонне по четыре, смыкаться и размыкаться в стороны). Развивать координационные способности детей. Воспитывать честность в П./И «Липкие пеньки», П./И «Чу-чу место себе ищу», в И.М.П. «Запретное движение».</p>	<p>Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу из-за головы 3-4 метра. Совершенствовать навык ходьбы (с ритмичными хлопками под прямой ногой, «обезьяний» шаг, с высоким подниманием колен, приставным шагом правым и левым боком), бега («обезьяний» галоп, боковой галоп правым и левым боком), перестроение (в колонне по четыре, смыкаться и размыкаться в стороны). Развивать прыжковую выносливость, перепрыгивая линию вперёд, назад на одной ноге. Воспитывать положительное отношение к выполнению движений под музыкальное сопровождение, честность в П./И «Липкие пеньки», П./И «Чу-чу место себе ищу», в И.М.П. «Запретное движение».</p>
3 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы разной высоты 10см.,20см.,30см. Продолжать учить детей отбиванию мяча свободным способом после подачи через волейбольную сетку. Совершенствовать навык ходьбы (широким и мелким шагом, упражнение «цапля»), бега (широким и мелким шагом,</p>	<p>Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу снизу и из-за головы расстояние 3-4метра. Закрепить навык перепрыгивания через 6-8 набивных мячей весом 1кг. Совершенствовать навык ходьбы (широким и мелким шагом, упражнение «цапля»), бега (широким и мелким шагом, захлёстывая голень назад), перестроение (самостоятельное в колонне по</p>

	захлёстывая голень назад), перестроение (самостоятельное в колонне по одному). Развивать глазомер, силу, внимание во время выполнения основных видов движений. Развивать выразительность движений в П./И «Охотники, и звери», П./И «Липкие пеньки», в И.М.П. «Гостья». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.	одному). Развивать скоростные качества, быстроту реакции и выдержку в П./И «Охотники, и звери», П./И «Липкие пеньки», в И.М.П. «Гостья». Воспитывать интерес к занятиям спортом.
4 неделя	Продолжать учить детей проползать под несколькими спортивными пособиями подряд высота 35см., 40см., 45см., 50см. Закрепить навык ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с приседанием. Совершенствовать навык ходьбы (по гимнастическим палкам, с перекатом с пятки на носок), бега (с предметом в руках чередуя с ходьбой, с остановкой по сигналу), перестроения повороты направо и налево, в колонне по четыре). Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет. Познакомить детей с элементарными правилами игры в спортивную игру волейбол. Воспитывать дружеские чувства, взаимовыручку, взаимную поддержку во время проведения игр-эстафет, спортивной игры волейбол.	Закрепить навык проползать под несколькими спортивными пособиями подряд высота 35см., 40см., 45см., 50см. Совершенствовать навык ходьбы (по гимнастическим палкам, с перекатом с пятки на носок), бега (с предметом в руках чередуя с ходьбой, с остановкой по сигналу), перестроения повороты на право и на лево, в колонне по четыре). Совершенствовать навык передачи мяча друг другу с низу с продвижение вперёд. Развивать прыжковую выносливость, прыгая на одной ноге вправо и влево, прыжков в мешке, с кочки на кочку. Развивать скоростные способности детей в играх-эстафетах. Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определенных в играх-эстафетах.

Декабрь подготовительная группа

1 неделя	Учить детей спрыгивать с гимнастической скамейки и мягко приземляться на полусогнутые ноги. Закреплять навык лазанья по гимнастической скамейке на четвереньках. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой), бега (лёгкий, с изменением направления, по диагонали, змейкой), перестроение (размыкание и смыкание приставным шагом). Развивать ловкость, смелость, выносливость в П./И «Два Мороза». Развивать выдержку, внимание в И.М.П. «Найди и промолчи». Воспитывать у детей интерес и желание	Учить детей подбрасывать и ловить теннисный мяч одной рукой (левой и правой). Учить удерживать теннисный мяч на теннисной ракетке. Продолжать учить детей челночному бегу (5/10). Развивать прыжковую выносливость во время прыжков вверх из глубокого приседа. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой), бега (лёгкий, с изменением направления, по диагонали, змейкой), перестроение (размыкание и смыкание приставным шагом) под музыкальное сопровождение. Воспитывать умения строго соблюдать правила в П./И «Два Мороза», в И.М.П. «Найди и промолчи».
----------	--	---



	заниматься физическими упражнениями.	
2 неделя	Учить детей перестраиваться из одного круга в два и наоборот. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок, полу присед, «гуськом»). Развивать координационные способности при выполнении О.В.Д.: стоять на гимнастической скамейке на носках, на одной ноге (правой и левой). Развивать выносливость в беге в медленном темпе в течение 2-3 минут, чередуя с ходьбой. Развивать быстроту реакции в П./И «Вытащи платок». Воспитывать честность в П./И «Два Мороза». Упражнять детей в расслаблении в И./У «Барсучок».	Учить детей подбрасывать и ловить теннисный мяч после отскока от пола. Продолжать учить детей непрерывному бегу в течение 2-3 минут. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок, полу присед, «гуськом»). Развивать быстроту реакции в П./И «Вытащи платок». Развивать смелость и решительность в П./И «Два Мороза». Воспитывать положительное отношение к выполнению движений по музыкальное сопровождение.
3 неделя	Продолжать учить детей отбивать теннисный мяч ракеткой до 10 раз без потери. Продолжать учить детей подпрыгивать вверх с места, доставая предмет, высота выше поднятой руки ребёнка на 25-30см. Совершенствовать навык ходьбы (паровозиком сидя на полу, по диагонали), бега (парами, тройками), перестроение (из одного круга в два в движении). Закрепить навык лазания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках, локти подтягивать до уровня пояса. Развивать скоростные качества, быстроту реакции и выдержку в П./И «Салки ноги от земли», в И.М.П. «Рак». Воспитывать интерес к занятиям спортом.	Продолжать учить детей отбивать теннисный мяч ракеткой до 10 раз без потери. Закрепить навык перестроение из одного круга в два. в движении. На сильную долю в музыке. Совершенствовать навык ходьбы (паровозиком сидя на полу, по диагонали), бега (парами, тройкам). Развивать скоростные качества, быстроту реакции и выдержку в П./И «Салки ноги от земли», в И.М.П. «Рак». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.
4 неделя	Продолжать учить детей лазанью по гимнастической скамейке на спине, толкаясь ногами и подтягиваясь руками. Развивать координационные способности детей стоя на гимнастической скамейке, кружась, делая взмахи руками. Развивать скоростные способности детей в играх-эстафетах, П./И «Салки с приседанием». Совершенствовать навык ходьбы: (парами, тройками, гимнастическим шагом, полу присед), перестроение (повороты кругом, в колонну по 2,3	Учить детей перестраиваться в колонну по четыре. Продолжать учить детей отбивать теннисный мяч ракеткой до 20 раз без потери. Развивать прыжковую выносливость, прыгая на одной ноге по очереди (левая, правая) продвигаясь вперёд 4-5 метров под музыкальное сопровождение. Совершенствовать навык ходьбы: (парами, тройками, гимнастическим шагом, полу присед), бега (обычный, лёгкий, наперегонки), перестроение (повороты кругом, в колонну по 2,3 через середину зала). Развивать борцовские качества, умение проигрывать и

	через середину зала). Воспитывать у детей интерес к играм, эстафетам, чувство взаимопомощи.	выигрывать во время проведения игр-эстафет. Развивать скоростные качества в П./И «Салки с приседанием». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.
--	---	---

Январь подготовительная группа

3 неделя	Обучить детей расчёту на первый и второй, перестроение из одной шеренги в две. Учить детей делать точный бросок мяча в баскетбольную корзину способом двумя руками из-за головы. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой, полу присед, полный присед, с остановкой по сигналу, парами), бега (лёгкий, с изменением направления, по диагонали, змейкой, через препятствие с низкого старта), перестроение (размыкание и смыкание приставным шагом). Развивать глазомер, внимание, выдержку в И.М.П. «Пограничник», силу рук в П./И «Футбол раков». Воспитывать интерес к занятиям спортом.	Продолжать обучать детей расчёту на первый и второй, перестроение из одной шеренги в две. Обучать детей кружение с закрытыми глазами, с остановкой и выполнением различных фигур. Развивать прыжковую выносливость, перепрыгивая через 6-8 мячей, глазомер, внимание, выдержку в И.М.П. «Пограничник», силу рук в П./И «Футбол раков». Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой, полу присед, полный присед, с остановкой по сигналу, парами), бега (лёгкий, с изменением направления, по диагонали, змейкой, через препятствие с низкого старта), перестроение (размыкание и смыкание приставным шагом). Воспитывать интерес к занятиям спортом, положительное отношение к выполнению движений по музыкальное сопровождение.
4 неделя	Обучить детей элементарным правилам в спортивную игру баскетбол. Продолжать обучать детей кружению с закрытыми глазами, с остановкой и выполнением различных фигур. Закрепить навык лазания по верёвочной лестнице «Чудо лестнице» любым удобным способом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, спортивная, с различными притопами и прихлопами, врассыпную, тройками); бега: (лёгкий, стремительный, с высокого старта). Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков», в И.М.П. «Пограничник». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.	Продолжать обучать детей кружению с закрытыми глазами, с остановкой и выполнением различных фигур. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, спортивная, с различными притопами и прихлопами, врассыпную, тройками); бега: (лёгкий, стремительный, с высокого старта). Закрепить навык прыжков на одной ноге 5-6 метров чередуя с ходьбой. Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков», в И.М.П. «Пограничник». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.

Февраль подготовительная группа

1 неделя	<p>Учить детей лазанию по шведской стенке используя перекрёстное движение рук и ног, бегу по наклонной доске. Развивать прыжковую выносливость, прыгая на мячах прыгунах, силу рук, сдержанность, внимание в П./И «Два мороза», в И.М.П. «Пограничник». Развивать у детей чувство равновесия во время ходьбы по гимнастической скамейке. Совершенствовать навык ползания на четвереньках по гимнастической скамейке. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, с ритмичными хлопками вверху и под ногами, спиной вперёд); навык бега: (обычный, лёгкий, чередуя с ходьбой, спиной вперёд, с за хлестом голени назад). Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворения от полученной двигательной нагрузки.</p>	<p>Учить детей бросать мяч малого размера в верх и ловить его одной рукой без потери до 10 раз. Учить детей прыгать через обруч вращая его двумя руками вперёд и перепрыгивая через него поочередно сгибая ноги. Продолжать развивать прыжковую выносливость, прыгая на мячах прыгунах, силу рук, сдержанность, внимание в П./И «Два мороза», в И.М.П. «Пограничник». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, с ритмичными хлопками вверху и под ногами, спиной вперёд); навык бега: (обычный, лёгкий, чередуя с ходьбой, спиной вперёд, с за хлестом голени назад). Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворения от полученной двигательной нагрузки под музыкальное сопровождение.</p>
2 неделя	<p>Учить детей лазанию по шведской стенке используя одноимённое движение рук и ног, навыку ходьбы по гимнастической скамейке навстречу друг другу на середине делая поворот вокруг себя и разойтись в разные стороны. Закрепить навык прыжка, на батуте выполняя упражнение «Кузнечик». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, по диагонали, змейкой, на четвереньках, упражнение «цапля»); навыка бега: (лёгкий, стремительный, по диагонали, змейкой, с ускорением); навык перестроения: (в колонну по три, четыре). Развивать координационные способности детей, внимание, быстроту реакции в П./И «Футбол раков», в И.М.П. «Зоркий глаз». Упражнять детей в расслаблении и восстановлении дыхания. Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>	<p>Продолжать учить детей передачи мяча друг другу двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Продолжать закреплять навык прыжка, на батуте выполняя упражнение «Кузнечик». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, по диагонали, змейкой, на четвереньках, упражнение «цапля»); навыка бега: (лёгкий, стремительный, по диагонали, змейкой, с ускорением); навык перестроения: (в колонну по три, четыре). Развивать координационные способности детей, внимание, быстроту реакции в П./И «Футбол раков», в И.М.П. «Зоркий глаз». Упражнять детей в расслаблении и восстановлении дыхания. Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями под музыкальное сопровождение.</p>
3 неделя	<p>Обучить детей некоторым элементам аэробики: (стойка на лопатках упражнение «берёзка», упражнение «корзиночка»).</p>	<p>Продолжать обучать детей некоторым элементам аэробики: (стойка на лопатках упражнение «берёзка», упражнение «корзиночка»).</p>

	Закрепить навык прыжков на батуте упражнение «Кенгуру», «Кто выше». Совершенствовать навык ходьбы: (на носках, на пятках руки в замок за голову, локти в стороны, «обезьяний шаг»); навык бега: (лёгкий, «обезьяний», боковой галоп правым и левым боком); навык перестроения: (из одного круга в два в движении). Развивать глазомер, силу, внимание, во время выполнения основных видов движения и в П./И «Перестрелка», в И.М.П. «Найди и промолчи». Воспитывать интерес к занятиям спортом.	Продолжать закреплять навык прыжков на батуте упражнение «Кенгуру», «Кто выше». Совершенствовать навык ходьбы: (на носках, на пятках руки в замок за голову, локти в стороны, «обезьяний шаг»); навык бега: (лёгкий, «обезьяний», боковой галоп правым и левым боком); навык перестроения: (из одного круга в два в движении) под музыкальное сопровождение. Развивать глазомер, силу, внимание, во время выполнения основных видов движения и в П./И «Перестрелка», в И.М.П. «Найди и промолчи». Воспитывать интерес к занятиям спортом.
4 неделя	Продолжать учить детей навыку лазания по гимнастической стенке с пролёта на пролёт по диагонали, навыку челночного бега 5x10м. Совершенствовать навык прыжков на хопках разного размера на скорость, фиксировать внимание на передачу мяча. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках руки вверх, локти прямые, змейкой, по диагонали); навык бега: (лёгкий, с выносом прямых ног вперёд); навык перестроения: (в колонну по два). Развивать скоростные способности в играх-эстафетах с мячом, в П./И «Волк – калека и баран», в П./И «Перестрелка». Учить детей расслабляться и восстанавливать дыхание после активной двигательной деятельности (игр-эстафет). Воспитание у детей интереса к играм-эстафетам, чувство взаимопомощи.	Продолжать учить детей борцовским качествам, умению проигрывать и выигрывать. Совершенствовать навык прыжков на хопках разного размера на скорость, фиксировать внимание на передачу мяча. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках руки вверх, локти прямые, змейкой, по диагонали); навык бега: (лёгкий, с выносом прямых ног вперёд); навык перестроения: (в колонну по два). Развивать скоростные способности в играх-эстафетах с мячом, в П./И «Перестрелка». Учить детей расслабляться и восстанавливать дыхание после активной двигательной деятельности (игр-эстафет) под музыкальное сопровождение. Воспитание у детей интереса к играм-эстафетам, чувство взаимопомощи.
Март подготовительная группа		
1 неделя	Продолжать учить детей навыку бега по гимнастической скамейке с остановкой по сигналу и с дальнейшим продвижением. Закрепить навык метания в горизонтальную цель малым набивным мячом. И/У «Попади в обруч». Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, приставным шагом вперёд, назад, полу присед, спиной вперёд); навыка бега: (в сочетании с другими движениями прыжками, с остановкой, с приседанием после	Продолжать учить детей пролезанию в обруч любым удобным способом. Совершенствовать навык прыжков на двух ногах с продвижением вперёд на расстоянии 5-6 метров. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, приставным шагом вперёд, назад, полу присед, спиной вперёд); навыка бега: (в сочетании с другими движениями прыжками, с остановкой, с приседанием после

	спиной вперёд); навыка бега: (в сочетании с другими движениями прыжками, с остановкой, с приседанием после остановки); навыка перестроения: (парами, в колонну по два, расчёт на первый и второй, перестроение в одну и две шеренги). Развивать внимание, быстроту реакции, равновесие, скоростные качества в П./И «Салки с приседанием», и в П./И «Бой подушками». Воспитывать умение проигрывать и выигрывать, интерес и желание заниматься физическими упражнениями.	остановки); навыка перестроения: (парами, в колонну по два, расчёт на первый и второй, перестроение в одну и две шеренги). Развивать внимание, быстроту реакции, равновесие, скоростные качества в П./И «Салки с приседанием», и в П./И «Бой петухов в кругу». Воспитывать умение проигрывать и выигрывать, интерес и желание заниматься физическими упражнениями.
2 неделя	Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку, сложенную в двое и вращающееся под ногами. Закрепить навык вращения обруча на талии, фиксировать внимание на исходное положение рук и ног. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, крестным шагом, с перекатом с пятки на носок, с ритмичным притопыванием, прихлопыванием); бега: (на носочках, по сигналу прыжок вверх и с поворотом кругом); перестроения: (повороты на право, на лево). Развивать внимание и умения быстро реагировать на сигнал в П./И «Птицы в гнезде» и И.М.П. «Рак». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки.	Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку, сложенную в двое и вращающееся под ногами. Закрепить навык пролезания в обруч правым и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, крестным шагом, с перекатом с пятки на носок, с ритмичным притопыванием, прихлопыванием); бега: (на носочках, по сигналу прыжок вверх и с поворотом кругом); перестроения: (повороты на право, на лево). Развивать внимание и умения быстро реагировать на сигнал в П./И «Птицы в гнезде» и И.М.П. «Рак». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки посредством музыкального сопровождения.
3 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке на носочках перекидывая предмет из руки в руку над головой. Учить детей делать правильный поворот вокруг себя в колонне (повороты кругом). Совершенствовать навык лазанья по «чудо лестнице» любым удобным способом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шаг с припаданием, с высоким подниманием колен, ходьба с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, боковой галоп правым и левым боком, по диагонали). Развивать гибкость,	Продолжать учить детей делать правильный поворот вокруг себя в колонне (повороты кругом). Учить детей под музыку расслаблять мышечную систему, сохраняя эмоциональное настроение. Совершенствовать навык метания в горизонтальную и вертикальную цель. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шаг с припаданием, с высоким подниманием колен, ходьба с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, боковой галоп правым и левым боком, по диагонали). Развивать прыжковую выносливость во время прыжков на одной ноге в паре. Развивать гибкость, умение владеть

	умение владеть своим телом, находчивость, вестибулярный аппарат в П./И «Ловишки замиралки», И.М.П. «Сделайте, пожалуйста». Воспитывать интерес к занятиям спортом.	своим телом, находчивость, вестибулярный аппарат в П./И «Ловишки замиралки», И.М.П. «Сделайте, пожалуйста». Воспитывать интерес к занятиям спортом.
4 неделя	Учить детей проявлять смелость, смекалку, находчивость, быстроту реакции и умение использовать в движениях все физические качества, необходимые для проведения игр-эстафет. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, спиной вперёд, с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, на носках, с ускорением, стремительный, спиной вперёд). Развивать борцовские качества, умение проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет и П./И «Липкие пеньки». Развивать умения манипулировать различным спортивным инвентарем во время игр-эстафет. Воспитывать дружеские чувства, взаимовыручку, взаимную поддержку в играх, эстафетах.	Продолжать учить детей проявлять смелость, смекалку, находчивость, быстроту реакции и умение использовать в движениях все физические качества, необходимые для проведения игр-эстафет. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, спиной вперёд, с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, на носках, с ускорением, стремительный, спиной вперёд). Совершенствовать навык прыжков на хоппах разного размера. Закрепить навык вращения обруча на талии. Развивать борцовские качества, умение проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет и П./И «Липкие пеньки». Развивать умения манипулировать различным спортивным инвентарем во время игр-эстафет. Воспитывать дружеские чувства, взаимовыручку, взаимную поддержку в играх, эстафетах под музыкальное сопровождение.

Апрель подготовительная группа

1 неделя	Учить детей передачи мяча друг другу носком правой и левой ноги, влезать на канат, делая захват каната ступнями ног и вися в положении стоя, фиксируя конец каната. Закрепить навык лёгкого бега, по гимнастической скамейке собирая мелкие предметы. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шаг с припаданием, переменный шаг, с высоким подниманием колен прижимая их руками к груди, шаг «обезьяны»); бега: (парами, тройками, лёгкий, спиной вперёд); перестроения: (повороты направо, на лево в колонне по три). Развивать прыжковую выносливость, перепрыгивая через 5-6 предметов подряд, фиксируя внимание на исходное положение ног и рук. Развивать внимание, быстроту реакции, силу рук в П./И «Медведи и пчёлы», «Охотники и звери». Воспитывать настойчивость и выдержку в И.М.П. «Горелки» (р.н.и.).	Продолжать учить детей передачи мяча друг другу носком правой и левой ноги. Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловля его после поворота вокруг себя. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шаг с припаданием, переменный шаг, с высоким подниманием колен прижимая их руками к груди, шаг «обезьяны»); бега: (парами, тройками, лёгкий, спиной вперёд); перестроения: (повороты направо, на лево в колонне по три). Развивать прыжковую выносливость, перепрыгивая через 5-6 предметов подряд, фиксируя внимание на исходное положение ног и рук. Развивать внимание, быстроту реакции, силу рук в П./И «Медведи и пчёлы», «Охотники и звери». Воспитывать настойчивость и выдержку в И.М.П. «Горелки» (р.н.и.) под музыкальное сопровождение.
----------	--	---

2 неделя	<p>Учить детей влезать на канат на доступную высоту, фиксируя конец каната в неподвижном состоянии.</p> <p>Учить детей качественно владеть мячом, передавая, его друг другу носком правой и левой ноги. Совершенствовать навык спрыгивания с гимнастической скамейки, фиксируя мягкое приземление на полусогнутые ноги. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с мешочком на голове, с высоким подниманием колен); бега (наперегонки, выбрасывая прямые ноги вперед, спиной вперед); перестроение (повороты направо, на лево в шеренге). Развивать умения переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной, быстроту, силу, в П./И «Перелёт птиц», «Охотники и звери».</p> <p>Воспитывать красоту и грациозность движений в И.М.П. «Море волнуется».</p>	<p>Продолжать учить детей качественно владеть мячом, передавая, его друг другу носком правой и левой ноги. Закрепить навык подбрасывания мяч вверх и ловля его после поворота вокруг себя. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с мешочком на голове, с высоким подниманием колен); бега (наперегонки, выбрасывая прямые ноги вперед, спиной вперед); перестроение (повороты направо, на лево в шеренге). Развивать умения переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной, быстроту, силу, в П./И «Перелёт птиц», «Охотники и звери». Воспитывать красоту и грациозность движений в И.М.П. «Море волнуется».</p>
3 неделя	<p>Обучить детей перебрасывание малого мяча из правой руки, в левую руку без потери. Учить детей расчёту на 1- 2,1 - 2 - 3, и перестроение из одной шеренги в 2,3. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, по гимнастической скамейке на четвереньках, из обруча в обруч); бега: (лёгкий, стремительный, с поворотом через левое и правое плечо). Совершенствование навыка ползания по гимнастической скамейке на четвереньках. Развивать выносливость, внимание, быстроту реакции в П./И «Пятнашки с мячом», П./И «Перелёт птиц». Упражнять детей в умение расслабляться после смены деятельности с помощью И.М.П. «Барсучок». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки.</p>	<p>Продолжать обучать детей перебрасывание малого мяча из правой руки в левую без потери. Продолжать учить детей расчёту на 1- 2,1 - 2 - 3, и перестроение из одной шеренги в 2,3. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, по гимнастической скамейке на четвереньках, из обруча в обруч); бега: (лёгкий, стремительный, с поворотом через левое и правое плечо). Закрепить навык прыжков на хопках с продвижением вперед на 10-15 метров. Развивать координационные способности, стоя на одной ноге и закрыв глаза по сигналу. Развивать выносливость, внимание, быстроту реакции в П./И «Пятнашки с мячом», П./И «Перелёт птиц». Упражнять детей в умение расслабляться после смены деятельности с помощью И.М.П. «Барсучок». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки.</p>
4 неделя	<p>Обучить детей элементарным правилам спортивной игры футбол, фиксируя внимание на взаимодействие в команде.</p>	<p>Продолжать учить детей элементам спортивной игры футбол, фиксируя внимание на удары ногами разными способами.</p>

	Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с мешочком на голове, крестным шагом, спиной вперёд); бега: (в парах на перегонки, на скорость с допрыгиванием до предмета подвешенный выше вытянутой руки ребёнка); перестроение: (в колонне по два, три). Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.	Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с мешочком на голове, крестным шагом, спиной вперёд); бега: (в парах на перегонки, на скорость с допрыгиванием до предмета подвешенный выше вытянутой руки ребёнка); перестроение: (в колонне по два, три). Развивать прыжковую выносливость в прыжках на двух ногах с зажатым мячом между ног. Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.
--	---	---

Май подготовительная группа

1 неделя	Обучить детей метанию в движущуюся цель, фиксируя внимание на прицел. Познакомить детей с легкоатлетическим снарядом кольца, выполнять элементарные упражнения на них, вис на прямых руках. Продолжать учить детей лазанью по канату, фиксируя внимание на правильный захват руками и ногами каната. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носочках, приставным шагом спиной вперёд, со сменой направления по сигналу); бега: (боковой галоп левым боком и правым боком, ногами вперёд, со средней скоростью 80-120 метров 2-4 раза в чередовании с ходьбой). Развивать беговую выносливость, меткость, силу, ловкость, слаженность в движениях в Р.Н.И. «Заря - заряница». Воспитывать красоту и грациозность движений в И.М.П. «Море волнуется».	Научить детей прыгать в длину с разбега 180 – 190 см. Продолжать закреплять навык расчёта на 1-2-3 и перестроения из одной шеренги в три и обратно. Закрепит навык расчёта на 1-2-3 и перестроению из одной шеренги в две и три шеренги. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носочках, приставным шагом спиной вперёд, со сменой направления по сигналу); бега: (боковой галоп левым боком и правым боком, ногами вперёд, со средней скоростью 80-120 метров 2-4 раза в чередовании с ходьбой). Развивать беговую выносливость, меткость, силу, ловкость, слаженность в движениях в Р.Н.И. «Заря - заряница». Воспитывать красоту и грациозность движений в И.М.П. «Море волнуется».
2 неделя	Учить детей свободно балансировать на набивном мяче весом 3 кг. Продолжать учить детей ведению мяча в разных направлениях с разной скоростью по сигналу. Закрепит навык лазанью по верёвочной лестнице разноимённым способом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, крестным шагом, с остановкой по сигналу, полуприсед); бега: (лёгкий, змейкой, крестным шагом, с	Учить детей прыжкам на тренажере «кузнечик», фиксируя внимание на высоту прыжка. Продолжать учить детей свободно балансировать на набивном мяче весом 3 кг, ведению мяча в разных направлениях с разной скоростью по сигналу. Совершенствовать навык метания набивного мяча весом 1 кг. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, крестным шагом, с остановкой по сигналу, полуприсед); бега: (лёгкий, змейкой, крестным шагом, с остановкой по



	остановкой по сигналу, с за хлѐстом ног назад); перестроения: (из одного круга в два и три). Развивать выносливость, координационные способности, силу ловкость в П./И «Корзинка», «Олени». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки и переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной, посредством И.М.П. «День и ночь».	сигналу, с за хлѐстом ног назад); перестроения: (из одного круга в два и три). Развивать выносливость, координационные способности, силу ловкость в П./И «Корзинка», «Олени». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки и переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной посредством И.М.П. «День и ночь» посредством музыкального сопровождения.
3 неделя	Продолжать знакомить детей с легкоатлетическим снарядом кольца, выполнять элементарные упражнения на них, вис на кольцах поднимание прямых ног под углом 90 градусов. Закрепить навык лазанья по «чудо лестнице» любым удобным способом. Совершенствовать навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шеренгой с одной стороны зала на другую, с поворотом вокруг себя и обратно); бега: (лёгкий, змейкой, крестным шагом, с остановкой по сигналу, с за хлѐстом ног назад); перестроение: (расчѐт на 1-2-3 и перестроение из одной шеренги в 3). Развивать беговую выносливость в беге в быстром темпе 10 м. 3-4 раза с преодолением препятствий, перепрыгивая через барьеры. Развивать честность, быстроту реакции, ловкость, внимание в П./И «Салки - замиралки», «Дед Мазай». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки.	Закрепить навык метания в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4-5 метров. Совершенствовать навык спрыгивания с предмета высотой 40 см. Совершенствовать навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шеренгой с одной стороны зала на другую, с поворотом вокруг себя и обратно); бега: (лёгкий, змейкой, крестным шагом, с остановкой по сигналу, с за хлѐстом ног назад); перестроение: (расчѐт на 1-2-3 и перестроение из одной шеренги в 3). Развивать беговую выносливость в беге в быстром темпе 10 м. 3-4 раза с преодолением препятствий, перепрыгивая через барьеры. Развивать честность, быстроту реакции, ловкость, внимание в П./И «Салки - замиралки», «Дед Мазай». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки посредством музыкального сопровождения.
4 неделя	Продолжать учить детей балансировать на большом набивном мяче весом 3 кг. Развивать прыжковую выносливость в длину с места расстояние не менее 100см., беговую в беге на скорость 30 м. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, змейкой, по диагонали, с наклоном вправо, влево, с остановкой по сигналу); бега: (на скорость 30 метров). Развивать согласованность движений в парах в П./И	Совершенствовать навык детей балансировать на большом набивном мяче весом 3 кг, метания вдаль на расстоянии не менее 6-12 метров. Развивать прыжковую выносливость в длину с места расстояние не менее 100см., беговую в беге на скорость 30 м. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, змейкой, по диагонали, с наклоном вправо, влево, с остановкой по сигналу); бега: (на скорость 30 метров). Развивать согласованность движений в парах в

	«Корзинка», «Выбивала», «Штандер, штандер». Воспитывать интерес к занятиям спортом.	П./И «Корзинка», «Выбивала», «Штандер, штандер». Воспитывать интерес к занятиям спортом, положительное отношение к выполнению движений по музыкальное сопровождение.
--	---	--

**Календарно-тематическое планирование ОО  
в группе комбинированной направленности для детей от 5 до 6 лет.**

Сентябрь старшая группа

Неделя	Перспективный план работы для групп компенсирующей направленности с тяжёлыми нарушениями речи для детей с 5 до 6 лет	
	Задачи занятия в спортивном зале	Задачи занятия в спортивном зале
1 неделя	Продолжать учить детей метанию набивного мяча весом 1 кг. Закрепить навык ходьбы по гимнастической скамейке, руки на поясе, ногу в сторону. Закрепить навык подтягивания на гимнастической скамейке с помощью рук на животе. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен), бег (врассыпную, в колонне по одному). Развивать координационные способности детей, чувство само страховки при ходьбе и ползание по гимнастической скамейке. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику ОРУ с теннисным мячом. Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в П./И со словами «Лохматый пёс», «Серый кот», Игра «Подуй, как ветерок»	Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд, на месте, на двух ногах вместе под музыкальное сопровождение. Закрепить навык ползания на четвереньках по прямой дорожке друг за другом. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен), бег (врассыпную, в колонне по одному). Развивать быстроту, внимание в П./И со словами «Лохматый пёс», «Серый кот». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Лошадка», ОРУ большой мяч. Воспитывать уважение друг к другу в П./И со словами «Лохматый пёс», «Мыши водят хоровод». Работа над развитием дыхания и голоса игра «Фокус».
2 неделя	Обучать детей ползанию на четвереньках, толкая головой набивной мяч по гимнастической скамейке.	Обучать детей прыжкам через длинную неподвижную и качающуюся скакалку. Продолжать учить детей ползанию на четвереньках, толкая

	<p>Совершенствовать навык метания в горизонтальную цель мешочка весом 200гр. на расстоянии 2,2 метра. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен, «обезьяним шагом»), бега (с высоким подниманием колен, с ускорением). Развивать прыжковую выносливость в П./И «С кочки на кочку». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Осень», «Улыбочка - трубочка», ОРУ большой мяч. Работа над развитием дыхания и голоса игра «Дудочка». Воспитывать выдержку в П./И «День и ночь», в И.М.П. «Найди, где спрятано».</p>	<p>головой мяч перед собой расстояние 3-4м. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен, «обезьяним шагом»), бега (с высоким подниманием колен, с ускорением). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Дождь», «Лопаточка», ОРУ теннисный мяч. Работа над развитием дыхания и голоса игра «Дудочка». Развивать скоростную выносливость в П./И «День и ночь», внимание, сосредоточенность в И.М.П. «Найди, где спрятано». Воспитывать дружелюбные отношения в И.М.П. «Найди, где спрятано».</p>
3 неделя	<p>Учить детей ходьбе по верёвке диаметром 1,5-3см. положено зигзагообразно на пол, приставным шагом правым и левым боком. Совершенствовать навык метания мешочка весом 200гр. в вертикальную цель расстояние 2,2м. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен), бега (мелким и широким шагом, гимнастическим скольльзящим). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Барабан», ОРУ со шнурками. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать быстроту реакции в П./И со словами «Хитрая лиса», «Ловишка». Развивать умения переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной. Воспитывать уважение друг к другу в И.М.П. «Найди, где спрятано».</p>	<p>Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом вращения её назад, на двух ногах на месте. Учить детей под музыкальное сопровождение расслаблять мышечную систему. Продолжать учить детей ходьбе по верёвке диаметром 1,5-3см. положено зигзагообразно на пол, приставным шагом правым и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен), бега (мелким и широким шагом, гимнастическим скольльзящим). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Барабан», ОРУ со шнурками. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать умение выполнять движения с изменением темпа, создавая образы знакомых героев в П./И со словами «Хитрая лиса», «Ловишка» (убегающие изображают любимого героя). Воспитывать у детей уверенность в себе в П./И «Ловишка».</p>
4 неделя	<p>Учить детей размыкаться на вытянутые руки и смыкаться в колонне по два. Учить детей ходить по гимнастической скамейке, с остановкой и приседанием на середине. Совершенствовать навык подтягивания на гимнастической скамейке с помощью рук, ноги вместе, носки вытянутые. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на</p>	<p>Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку, вращая её вперёд и назад на двух ногах на месте. Продолжать учить детей размыкаться на вытянутые руки и смыкаться в колонне по два. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок), бега (стремительного, со сменой темпа). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Купите лук», «Лопаточка -</p>

	<p>носок), бега (стремительного, со сменой темпа). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Огород», «Иголочка», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса в игре «Дудочка». Развивать творческое воображение в И.М.П. «Затейник». Воспитывать честность и справедливость в П/И со словами «Серый кот», «Ловишка».</p>	<p>Иголочка», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса в игре «Продуй теннисный мяч». Развивать скоростные способности в играх-эстафетах. Воспитывать чувство коллективизма в играх-эстафетах.</p>
--	---	--

Октябрь старшая группа

<p>1 неделя</p>	<p>Учит детей ходить по гимнастической скамейке, перешагивая через 5-6 набивных мячей способом руки в стороны, с высоким подниманием колен. Продолжать учить детей равнению в затылок в колонне по два. Совершенствовать навык ходьбы (приставным шагом правым и левым боком), бега (в медленном темпе, ускоренный, между предметами). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Фруктовый сад», ОРУ с гимнастической палкой. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Поцелуй губами», «Скажи –А-» (с разведением рук в стороны. Развивать умения согласовывать свои действия с действиями товарищей в П/И со словами «Хитрая лиса», «День и ночь». Воспитывать выдержку в И/У «Гармошка».</p>	<p>Учит детей бросать мяч вверх и об пол и ловить его двумя руками без потерь до 10 раз. Закрепить навык равнения в затылок в колонне по два. Совершенствовать навык ходьбы (приставным шагом правым и левым боком), бега (в медленном темпе, ускоренный, между предметами). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Апельсин», ОРУ с гимнастической палкой. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Поцелуй губами», «Скажи –У-» (с разведением рук в стороны. Развивать творческое проявление ритмических движений под музыкальное сопровождение различного характера. Воспитывать честность в П/И со словами «Хитрая лиса», «День и ночь».</p>
<p>2 неделя</p>	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, прокатывая мяч перед собой. Учить детей перестраиваться на право, налево переступанием. Закрепить навык ползания на четвереньках между предметами змейкой. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок, приставным шагом боком), бега (широким шагом, с высоким подниманием колен). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Огород», ОРУ с флажком. Работа над развитием дыхания и голоса игра на губной гармошке. Развивать внимание, выдержку, умение соблюдать правила</p>	<p>Учить детей прыжкам на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков) в чередовании с ходьбой. Учить детей отбивать мяч правой и левой рукой 4-6 раз без потери. Продолжать совершенствовать навык ползания на четвереньках между предметами змейкой. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок, приставным шагом боком), бега (широким шагом, с высоким подниманием колен). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Апельсин», ОРУ с флажком. Работа над развитием дыхания и голоса игра на губной гармошке. Развивать у детей спортивные качества в П/И со словами «Мы весёлые ребята»,</p>

	П./И со словами «Мы весёлые ребята», «Ловишка». Воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений в И.М.П. со словами «Затейник».	«Ловишка», воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений в И.М.П. со словами «Затейник».
3 неделя	Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом с приседанием. Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его после хлопка в ладоши. Совершенствовать навык ходьбы (на носках, на пятках, в колене по одному, парами), бега (врассыпную, лёгкий). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Грибок», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса в игре «Дровосека». Развивать внимание и быстроту реакции в П./И со словами «Мышеловка», «Хитрая лиса». Развивать координационные способности детей. Воспитывать честность в И.М.П. «Найди и промолчи».	Учить детей отбивать мяч об пол и ловить его после хлопка в ладоши. Продолжать учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его после хлопка в ладоши. Совершенствовать навык ходьбы (на носках, на пятках, в колене по одному, парами), бега (врассыпную, лёгкий). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Плоды», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса в игре «Дровосека». Развивать умение переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной. Развивать воображение детей в движениях посредством музыки. Воспитывать честность в П./И со словами «Мышеловка», «Хитрая лиса», И.М.П. «Найди и промолчи».
4 неделя	Учить детей ходьбе по канату способом пятка на канате, носки на полу. Закрепит навык подлезания под гимнастическую скамейку способом «по-пластунски». Совершенствовать навык ходьбы (на пятках, с высоким подниманием колен, «обезьяним шагом»), бега (сменной направления, с остановкой по сигналу, лёгкий). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Журавли», ОРУ с лентами. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение на выдохе – И-. Развивать у детей умения передвигаться с предметами и между предметами с сохранением правильной осанки и равновесия во время проведения игр-эстафет «Разложи овощи и фрукты». Воспитывать честность в П./И со словами «Мышеловка», «Ловишка», в И.М.П. «Найди и промолчи».	Учить детей ходьбе по канату способом пятка на канате, носки на полу. Закрепит навык подлезания под гимнастическую скамейку способом «по-пластунски». Совершенствовать навык ходьбы (на пятках, с высоким подниманием колен, «обезьяним шагом»), бега (сменной направления, с остановкой по сигналу, лёгкий). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Осень», ОРУ с лентами. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение на выдохе – ОИ-. Развивать у детей умения передвигаться с предметами и между предметами с сохранением правильной осанки и равновесия во время проведения игр-эстафет «Разложи овощи и фрукты». Воспитывать честность в П./И со словами «Мышеловка», «Ловишка», в И.М.П. «Найди и промолчи».

Ноябрь старшая группа

1 неделя	<p>Продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке приставным шагом с мешочком на голове. Учить детей перебрасывать мяч друг другу из-за головы через волейбольную сетку. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, в парах); бега: (лёгкий, со сменой направления в прыжке, с высоким поднимание колен); перестроения: (в колонне, в круг, размыкание на вытянутые руки и смыкание друг за другом). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Маша варежку одела», «болтушка», ОРУ со спорт роллерами. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Облако». Развивать умения согласовывать действия с действиями товарищей при выполнении общеразвивающих упражнений с фиестами. Упражнять детей в лазание по гимнастической стенке с использованием перекрёстной координации в П./И «Пожарные на учении». Развивать в детях умения сочетать бег с увёртыванием и подлезанием в П./И со словами «Мышеловка». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>	<p>Учить детей прыжкам на двух ногах с продвижением вперёд расстояние 3-4 метра. Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу из-за головы расстояние 2-3 метра. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, в парах); бега: (лёгкий, со сменой направления в прыжке, с высоким поднимание колен); перестроения: (в колонне, в круг, размыкание на вытянутые руки и смыкание друг за другом). Продолжать развивать творческое проявление ритмичных движений под музыкальное сопровождение различного характера. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Шапка шерстяная», «расчесывание», ОРУ со спорт роллерами. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Облако». Развивать в детях умения сочетать бег с увёртыванием и подлезанием в П./И со словами «Мышеловка». Воспитывать честность в выполнении правил в П./И со словами «Хитрая лиса» (с подлезанием).</p>
2 неделя	<p>Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу через волейбольную сетку расстояние 2 метра. Учить бегать в медленном темпе непрерывно в течении 1,5-2 минуты. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, на бёдрах сидя на полу); бега: (лёгкий, со сменой направления); перестроения: (колонну, круг, два круга). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Туфельки нарядные», упражнение «Качели», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Перо». Развивать культуру движений и телесную рефлексия. Упражнять детей в лазание по гимнастической стенке с использованием перекрёстной координации в П./И</p>	<p>Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу от груди двумя руками расстояние 2 метра. Учить бегать в медленном темпе непрерывно в течении 1,5-2 минуты. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, на бёдрах сидя на полу); бега: (лёгкий, со сменой направления); перестроения: (колонну, круг, два круга). Развивать прыжковую выносливость, прыгая способом, одна нога впереди, другая сзади. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «В магазине много есть...», упражнение «Трубочка», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Перо». Развивать у детей умения выбирать бег на скорость или бег с увёртыванием в зависимости от места нахождения ловишки в П./И со словами «Мы весёлые ребята». Воспитывать у детей уверенность в себе</p>

	«Пожарные на учении». Развивать у детей умения выбирать бег на скорость или бег с увёртыванием в зависимости от места нахождения ловишки в П./И со словами «Мы весёлые ребята». Воспитывать у детей уверенность в себе в сложившихся ситуациях, справедливость, честность.	в сложных ситуациях, справедливость. Воспитывать честность в выполнении правил в П./И со словами «Хитрая лиса» (с подлезанием).
3 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с закрытыми глазами способом «крадучись». Учить детей боковому галопу правым боком и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, приставным шагом с хлопками над головой); бега: (лёгкий, с препятствиями); перестроения: (повороты на право и на лево переступанием, в шеренгу, в колонне). Развивать координационные способности детей, чувство само страховки при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Мастера пустили в дело», ОРУ с малым мячом. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Собачка». Развивать умения выполнять подлезания с ходу, выбирая способ в зависимости от высоты в П./И «Караси и щука». Воспитывать у детей честность, справедливость в П./И со словами «Хитрая лиса» (с подлезанием).	Продолжать учить детей боковому галопу правым боком и левым боком. Учить детей подлезанию под дугу боком (правым и левым) способом присесть одна нога прямая, под дугой, подлезть и выпрямить другую ногу. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, приставным шагом с хлопками над головой); бега: (лёгкий, с препятствиями); перестроения: (повороты на право и на лево переступанием, в шеренгу, в колонне). Развивать прыжковую выносливость детей, прыгая с крестно, способом одна нога впереди, другая сзади. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Напёрсток». Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Собачка», ОРУ с малым мячом. Развивать умения выполнять подлезания с ходу, выбирая способ в зависимости от высоты в П./И «Караси и щука». Воспитывать у детей честность, справедливость в П./И со словами «Хитрая лиса» (с подлезанием). Воспитывать чувство согласованности в движения и музыки.
4 неделя	Продолжать учить перебрасывать мяч через волейбольную сетку любым удобным способом: снизу, из-за головы, от груди, от плеча одной рукой. Учить детей перестраиваться в колонну по три. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, приставным шагом с приседанием, обычная); бега: (лёгкий, ускоренный, с остановкой по сигналу, со сменой направления прыжком); перестроения: (в шеренгу, в колонне по два, в колонну по одному). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в упражнении «Снеговик», упражнение «надувание щек», ОРУ с платочком.	Продолжать учить перебрасывать мяч друг другу любым удобным способом: снизу, из-за головы, от груди, от плеча одной рукой. Продолжать учить детей перестраиваться в колонне по три. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, приставным шагом с приседанием, обычная); бега: (лёгкий, ускоренный, с остановкой по сигналу, со сменой направления прыжком); перестроения: (в шеренгу, в колонне по два, в колонну по одному). Развивать прыжковую выносливость, прыгая на двух ногах с зажатым мячом между ног. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Пирог», упражнение «надувание щёк», ОРУ с

	<p>Работа над развитием дыхания и голоса упражнение на выдохе «рисуем круг». Развивать умения согласовывать свои действия с действиями товарищей по команде, в командной игре пионербол. Воспитывать чувство коллективизма, уважение к товарищам по команде, игровые взаимоотношения.</p>	<p>платочком. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение на выдохе «рисуем круг». Развивать умения выполнять подлезания с ходу, выбирая способ в зависимости от высоты в П./И «Караси и щука». Воспитывать у детей честность, справедливость в П./И со словами «Хитрая лиса» (с подлезанием) и в играх – эстафетах «Разбери одежду и обувь». Упражнять детей в расслаблении под музыкальное сопровождение.</p>
--	---	--

Декабрь старшая группа

1 неделя	<p>Учить детей ходьбе по наклонной доске вверх и вниз на носочках, руки на поясе. Закрепить навык лазанья по гимнастической скамейке способом «обезьянки». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, приставным шагом с приседанием, с притопами); бега: (лёгкий, ускоренный); перестроения: (построение в круг, в шеренгу, по диагонали, по звеньям). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику И/У «Коля, Коля, Николай», ОРУ за руки в кругу. Работа над развитием дыхания и голоса И/У «Дуем на теннисный мяч». Развивать скоростную выносливость в ускоренном беге в П./И со словами «Мы весёлые ребята». Развивать творческое воображение в П./И со словами «Затейник». Воспитывать интерес к физическим упражнениям.</p>	<p>Учить детей удерживать теннисный мячик на теннисной ракетке. Фиксировать внимание на исходное положение. Закрепить навык прыжка на двух ногах с продвижением вперёд на 2-3 метра. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, приставным шагом с приседанием, с притопами); бега: (лёгкий, ускоренный); перестроения: (построение в круг, в шеренгу, по диагонали, по звеньям). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику И/У «В доме жалуется пол», ОРУ за руки в кругу. Работа над развитием дыхания и голоса И/У «Дуем на теннисный мяч». Развивать скоростную выносливость в П./И со словами «Два Мороза». Развивать творческое воображение в И.М.П. со словами «Затейник» под музыкальное сопровождение. Воспитывать интерес и желание заниматься спортом.</p>
2 неделя	<p>Учить детей ходьбе по наклонной доске вверх и вниз приставным шагом руки на поясе. Учить детей ходьбе змейкой без предметов. Закрепить навык подскоков на одной, и другой ноге чередуя. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с продвижением вперёд, в кружении); бега: (с высоким подниманием колен, со сменой направления); перестроения: (в шеренгу, колону по 1,2,3, по диагонали). Развивать общую, мелкую и артикуляционную</p>	<p>Учить детей отбивать теннисный мяч теннисной ракеткой. Продолжать учить детей ходьбе змейкой без предметов. Закрепить навык подскоков на одной, и другой ноге, чередуя под музыкальное сопровождение. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с продвижением вперёд, в кружении); бега: (с высоким подниманием колен, со сменой направления); перестроения: (в шеренгу, колону по 1,2,3, по диагонали). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Большаку – дрова рубить», «Качели», ОРУ с большим</p>



	<p>моторику «Устала наша бабушка», «Надуем щёки», ОРУ с большим мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека». Развивать координационные способности детей при выполнении О.В.Д. Приучать детей контролировать и оценивать действия, сравнивать их с действиями других детей. Воспитывать самообладание, смелость в П./И со словами «Два Мороза», и И.М.П. со словами «Гостя».</p>	<p>мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека». Развивать умения согласовывать свои действия с действиями своих товарищей. Воспитывать настойчивость, выдержку, самообладание, смелость в П./И со словами «Два Мороза», и И.М.П. со словами «Гостя».</p>
3 неделя	<p>Учить детей бегать по наклонной доске с остановкой у шведской стенки и спокойному спуску способом руки на поясе, ногу в сторону. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Жду красавицу колючку», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Обезьянки». Развивать скоростные способности, внимание, быстроту реакции при беге с остановкой по сигналу. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, полуприсед с выставлением ноги на пятку, «шаг гномов»); бега: (лёгкий, по диагонали, змейкой, со сменной направления); перестроения: (в шеренгу, в колонне по 1,2,3, повороты кругом). Воспитывать честность в П./И «Перестрелбол».</p>	<p>Продолжать учить детей отбивать теннисный мяч ракеткой 3-5 раз без потери. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Мы на ёлке веселились», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Фырки как лошадь». Развивать прыжковую выносливость, прыгая способом ноги врозь, вместе на носках, руки в стороны. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, полуприсед с выставлением ноги на пятку, «шаг гномов»); бега: (лёгкий, по диагонали, змейкой, со сменной направления); перестроения: (в шеренгу, в колонне по 1,2,3, повороты кругом). Воспитывать честность в П./И «Перестрелбол». Воспитывать чувство согласованности движения и музыки.</p>
4 неделя	<p>Продолжать учить детей удерживать теннисный мяч на ракетке и отбиванию теннисного мяча ракеткой. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, в колонне по два); бега: (лёгкий, «обезьяний»); перестроения: (в колонне по 1,2, в шеренгу повороты на право, на лево). Развивать координационные способности во время прыжков на хоппах. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Зарумянились кустарники», «Грибок», ОРУ с воланом. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать скоростные способности, в играх-</p>	<p>Учить детей перелезать через несколько предметов разными способами. Учить детей выполнять упражнения под музыку, развивая творческую направленность. Продолжать учить детей удерживать теннисный мяч на ракетке и отбиванию теннисного мяча ракеткой. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, в колонне по два); бега: (лёгкий, «обезьяний»); перестроения: (в колонне по 1,2, в шеренгу повороты на право, на лево). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Летела, летела сорока», «Лошадки», ОРУ с воланом. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать координационные способности во время прыжков на хоппах. Развивать</p>

	эстафетах используя элементы спортивных игр: футбол, теннис. Воспитывать уважение друг к другу, уверенность к себе, игровые взаимоотношения.	скоростные способности, в играх-эстафетах используя элементы спортивных игр: футбол, теннис. Воспитывать уважение друг к другу, уверенность к себе, игровые взаимоотношения.
--	--	--

Январь старшая группа

3 неделя	<p>Учить детей забрасывать мяч в баскетбольную корзину способом двумя руками от груди, подпрыгивать до предмета, подвешенного на расстоянии 15-20 см. выше поднятой руки ребёнка. Продолжать учить детей непрерывному бегу в течение 1,5-2 минуты в медленном темпе. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Вот летят, кружась снежинки», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать координационные способности во время ползания по гимнастической скамейке на спине при помощи рук и ног, глазомер, выносливость. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, «петушиный шаг», «обезьяний шаг»); навык бега: (на носочках в медленном темпе, с ускорением, лёгкий, по диагонали); навык перестроения: (в колонну по 2,3, равнение в затылок, повороты направо, на лево). Воспитывать настойчивость, честность, в П./И с проговариванием «Чай, чай выручай» с подлезанием между ногами, П./И «Перестрелбол».</p>	<p>Учить детей подлезанию под верёвкой высотой 40-50 см. Продолжать учить ходить по канату способом пятки на канате, носки на полу, руки на поясе. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, «петушиный шаг», «обезьяний шаг»); навык бега: (на носочках в медленном темпе, с ускорением, лёгкий, по диагонали); навык перестроения: (в колонну по 2,3, равнение в затылок, повороты направо, на лево). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Скачет белка шалунишка», «Лопаточка», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать у детей умения передвигаться с предметами и между предметами с сохранением правильной осанки и равновесия во время проведения игр-эстафет. Воспитывать настойчивость, честность, в П./И с проговариванием «Чай, чай выручай» с подлезанием между ногами, П./И «Перестрелбол».</p>
4 неделя	<p>Обучить детей ведению мяча правой и левой рукой на месте способом ноги на ширине плеч, рука «колокольчиком» сверху, перебрасыванию мяча друг другу от груди. Развивать координационные способности во время ходьбы по шнуру, положенному зигзагообразно. Приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги, руки на поясе. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, с</p>	<p>Продолжать обучать детей ведению мяча правой и левой рукой на месте способом ноги на ширине плеч, рука «колокольчиком» сверху, перебрасыванию мяча друг другу от груди. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, «раком» с опорой на ступни и кисти рук); навык бега: (на носочках в медленном темпе, с ускорением, лёгкий, по диагонали); навык перестроения: (в колонну по 2,3, равнение в затылок,</p>

	<p>высоким подниманием колен, «раком» с опорой на ступни и кисти рук); навык бега: (на носочках в медленном темпе, с ускорением, лёгкий, по диагонали); навык перестроения: (в колонну по 2,3, равнение в затылок, размыкание на вытянутые руки назад). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «На скамейку я встаю», ОРУ с гимнастической палкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем круг на выдохе». Воспитывать у детей уверенность в себе в сложных ситуациях, справедливость в П./И «Охотники и зайцы», П./И «Ловишка с ленточками», в И.М.П. со словами «Гостья».</p>	<p>размыкание на вытянутые руки назад). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Почтовый ящик открываем», ОРУ с гимнастической палкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем круг на выдохе». Развивать воображение детей в движениях посредством музыки. Воспитывать у детей уверенность в себе в сложных ситуациях, справедливость в П./И «Охотники и зайцы», П./И «Ловишка с ленточками», в И.М.П. со словами «Гостья», чувство согласованности движения и музыки.</p>
--	--	---

Февраль старшая группа

1 неделя	<p>Обучение детей ходьбе по гимнастической скамейке со сменой направления, способом поворота кругом, навыку лазанья по шведской стенке высотой 2,5 метра одноимённым способом, с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы; (обычная, на носочках, на пятках, способом «рак» ногами вперёд, «обезьяний шаг»); бега (лёгкий, стремительный, со сменной направления и остановкой по сигналу), перестроения (в колонну по два, три, по диагонали, змейкой без ориентиров).</p> <p>Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Теплоход», «Хлопаем перед собой», ОРУ с лентой. Работа над развитием дыхания и голоса «Расчёсывание», «Дудочка». Развивать самостоятельность, быстроту, силу воли, быстроту реакции в П./И «Выбивала», «Ловишка с приседалками». Воспитывать игровые взаимоотношения в п./и, выдержку, умения расслабляться с помощью И/У «Облако», «Дровосека».</p>	<p>Обучение детей прыжкам в глубину с кубов, высота 30-40 см., прокатывать набивной мяч весом 1 кг. змейкой между предметами. Учить детей под музыку расслаблять мышечную систему, сохраняя эмоциональное настроение. Совершенствовать навык ходьбы; (обычная, на носочках, на пятках, способом «рак» ногами вперёд, «обезьяний шаг»); бега (лёгкий, стремительный, со сменной направления и остановкой по сигналу), перестроения (в колонну по два, три, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Теплоход», «Покусывание и пошлёпывание», «Хлопаем перед собой», ОРУ с лентой. Работа над развитием дыхания и голоса «Дудочка». Развивать воображение детей в движениях посредством музыки, самостоятельность, быстроту, силу воли, быстроту реакции в П./И «Выбивала», «Ловишка с приседалками». Воспитывать игровые взаимоотношения в п./и, выдержку, умения расслабляться с помощью И/У «Облако», «Дровосека».</p>
2 неделя	Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке	Продолжать учить детей прыжкам в глубину с кубов, высота 30-40 см.,

	<p>со сменой направления, способом поворота кругом, навыку лазанья по шведской стенке высотой 2,5 метра разноимённым способом, с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с перекатом с пятки на носок с задержкой на носке); навык бега: (лёгкий, с преодолением препятствий, с высоким подниманием колен); навык перестроения: (в шеренгу, равнение в шеренге, команду смирно в шеренге, в колонну по два, по три, равнение в затылок). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «На солнечном окошке», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать чувство равновесия во время выполнения общеразвивающих упражнений на гимнастической скамейке, выдержку, сдержанность в П./И с проговариванием «Пограничник», доверия И.М.П. «Санитар». Воспитывать у детей уверенность в себе, игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в игре.</p>	<p>прокатывать набивной мяч весом 1 кг. змейкой между предметами. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с перекатом с пятки на носок с задержкой на носке); навык бега: (лёгкий, с преодолением препятствий, с высоким подниманием колен); навык перестроения: (в шеренгу, равнение в шеренге, команду смирно в шеренге, в колонну по два, по три, равнение в затылок). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Раз, два, три, четыре, пять», «Лошадки», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать чувство равновесия во время выполнения общеразвивающих упражнений на гимнастической скамейке, выдержку, сдержанность в П./И «Пограничник», доверия И.М.П. «Санитар». Воспитывать у детей уверенность в себе, игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в игре.</p>
3 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, лазанью по шведской стенке с пролёта на пролёт высотой 2,5 метров. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «В пограничников играем», «Грибок», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Нарисуем квадрат». Развивать координационные способности. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках руки в замок за голову, с закрытыми глазами); бега: (мелким шагом, змейкой, по диагонали); перестроения: (перестроение в колонну по 2,3. Из колонны в круг, 2 круга). Развивать скоростные способности в П./И «Бездомный заяц», меткость, выдержку в И/У «Сбей кеглю». Воспитывать любовь к П./И народов севера «Ловля олений».</p>	<p>Учить детей прыжкам на батуте упражнение «стойкий оловянный солдатик». Продолжать учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой на месте. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Вышли танки на парад», «Лошадки», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Нарисуем квадрат». Развивать координационные способности. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках руки в замок за голову, с закрытыми глазами); бега: (мелким шагом, змейкой, по диагонали); перестроения: (перестроение в колонну по 2,3, из колонны в круг, 2 круга) под музыкальное сопровождение. Развивать скоростные способности в П./И «Бездомный заяц», меткость, выдержку в И/У «Сбей кеглю». Воспитывать любовь к П./И народов севера «Ловля олений».</p>

4 неделя	<p>Учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой, поочередно продвигаясь вперёд шагом на 5-6 метров. Учить детей договариваться в П./И народов севера «Льдинки, ветер и мороз». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, в разных направлениях, с высоким подниманием колен способом «олени»); бега: (лёгкий, с преодолением препятствий, с высоким подниманием колен «олени», в парах); перестроения: (построение в колонну по 2,3, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику, ОРУ со спорт роллерами. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать скоростные способности, в играх-эстафетах используя элементы спортивных игр: футбол, теннис. Воспитывать уважение друг к другу, уверенность к себе, игровые взаимоотношения.</p>	<p>Учить детей прыжкам в высоту способом прямо, ноги вместе через 6-7 предметов, высота предметов 15-20 см. Продолжать учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой, поочередно продвигаясь вперёд шагом на 5-6 метров, договариваться в П./И народов севера «Льдинки, ветер и мороз». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, в разных направлениях, с высоким подниманием колен способом «олени»); бега: (лёгкий, с преодолением препятствий, с высоким подниманием колен «олени», в парах); перестроения: (построение в колонну по 2,3, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику ОРУ со спорт роллерами. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать скоростные способности, в играх-эстафетах под музыкальное сопровождение, используя элементы спортивных игр: футбол, теннис. Воспитывать уважение друг к другу, уверенность к себе, игровые взаимоотношения.</p>
----------	---	---

Март старшая группа

1 неделя	<p>Учить детей вращать обруч на талии. Развивать прыжковую выносливость во время прыжков, допрыгивая до предмета с места, подвешенного на высоте 15-20 см. выше поднятой руки ребёнка. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Краски весны», «Весна», «Вкусное варенье», ОРУ с мешочком. Работа над развитием дыхания и голоса «Надуть воздушный шар». Развивать грациозность и красоту движений при выполнении общеразвивающих упражнений с обручем, внимание и быстроту реакции в П./И «Смена ведущего», «Чай, чай, выручай» с подлезанием. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с закрытыми глазами, фиксируя внимание на руки, как помощников, «петушиный шаг»); бега: (лёгкий, парами держась за руки и по сигналу кружась, в колонне по 1); перестроения:</p>	<p>Учить детей подлезанию в обруч правым, левым боком и спиной. Продолжать учить детей вращать обруч на талии. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Краски весны», «Весна», «Вкусное варенье», ОРУ с мешочком. Работа над развитием дыхания и голоса «Надуть воздушный шар». Развивать грациозность и красоту движений при выполнении общеразвивающих упражнений с обручем, внимание и быстроту реакции в П./И «Смена ведущего», «Чай, чай, выручай» с подлезанием под музыкальное сопровождение. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с закрытыми глазами, фиксируя внимание на руки, как помощников, «петушиный шаг»); бега: (лёгкий, парами держась за руки и по сигналу кружась, в колонне по 1); перестроения: (построение в шеренгу, равнение в шеренге, команда смирно, построение в колонну по 2,3, размыкание и смыкание). Воспитывать любовь к своей малой Родине</p>
----------	--	--

	(построение в шеренгу, равнение в шеренге, команда смирно, построение в колонну по 2,3, размыкание и смыкание). Воспитывать любовь к своей малой Родине Югре в П./И «Каюр и собаки».	Югре в П./И «Каюр и собаки».
2 неделя	Учить детей лазанью по «чудо лестнице» одноимённым способом. Продолжать учить детей вращать обруч на талии. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом с прыжком вверх); бега: (лёгкий, на носочках, по наклонной доске вверх, вниз, по диагонали. Змейкой с ориентирами); перестроения: (построение в колонну, повороты кругом). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Маму я свою люблю...», «Цветок для мамы», ОРУ с набивным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Полёт бабочки». Развивать скоростные способности в П./И «Бездомный заяц», «Перестрел бол». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.	Учить детей метать в неподвижную цель с расстояния 2,2 метра. Продолжать учить детей вращать обруч на талии. Закрепить навык прыжка на двух ногах с продвижением вперёд. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом с прыжком вверх); бега: (лёгкий, на носочках, по наклонной доске вверх, вниз, по диагонали. Змейкой с ориентирами); перестроения: (построение в колонну, повороты кругом). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Маму я свою люблю...», «Цветок для мамы», ОРУ с набивным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Полёт бабочки». Развивать скоростные способности в П./И «Бездомный заяц», «Перестрел бол». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями под музыкальное сопровождение.
3 неделя	Продолжать учить детей вращать обруч на талии, фиксировать внимание на продолжительность удержания обруча, лазанью по «чудо лестнице» одноимённым способом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, стремительный, приставным шагом правым и левым боком); перестроения: (в колонну по два, три, по диагонали, змейкой с ориентирами). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Самолёт», «Чтоб здоровыми мы были...», «Расческа», «Маляр», ОРУ с лентами. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать у детей чувство само страховки при выполнении разнообразных движений во время игр: П./И «Третий	Продолжать учить детей вращать обруч на талии, фиксировать внимание на продолжительность удержания обруча, прокатывание обруча друг другу. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, стремительный, приставным шагом правым и левым боком); перестроения: (в колонну по два, три, по диагонали, змейкой с ориентирами). Развивать у детей чувство само страховки при выполнении разнообразных движений во время игр: П./И «Третий лишний», П./И «Удочка». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Самолёт», «Чтоб здоровыми мы были...», «Расческа», «Маляр», ОРУ с лентами. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать творческое проявление ритмических движений под музыку различного характера. Воспитание

	лишний», П/И «Удочка». Воспитание самостоятельность в решении двигательных задач, вызывать интерес к играм народов севера «Олень упряжки».	самостоятельность в решении двигательных задач, вызывать интерес к играм народов севера «Олень упряжки».
4 неделя	Учить детей бегать с преодолением различных препятствий. Продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке с закрытыми глазами. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная на носочках, на пятках, спиной вперёд, полу присед); бега: (лёгкий, стремительный, со сменой направления, с преодолением препятствий); перестроения: (равнение в шеренге, повороты направо, налево, в движении на углах). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Покупаем продукты», «У метро – стеклянный дом», «Барабанщик», «Маляр», ОРУ с гимнастической скамейкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.	Учить детей подлезанию в обруч спиной вперёд. Продолжать учить детей бегать с преодолением различных препятствий. Закрепить навык прыжков на хобах и на батуте упражнение «Кенгуру». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная на носочках, на пятках, спиной вперёд, полу присед); бега: (лёгкий, стремительный, со сменой направления, с преодолением препятствий); перестроения: (равнение в шеренге, повороты направо, налево, в движении на углах). Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Покупаем продукты», «У метро – стеклянный дом», «Барабанщик», «Маляр», ОРУ с гимнастической скамейкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать умения создавать свою двигательную программу под медленную музыку. Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.

Апрель старшая группа

1 неделя	Продолжать учить детей прыгать на мягкое покрытие высотой 20 см., учить детей подлезанию в обруч спиной вперёд. Продолжать учить детей бегать с преодолением различных препятствий. Закрепить навык прыжков на хобах и на батуте упражнение «Кенгуру». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная на носочках, на пятках, спиной вперёд, полу присед, на бёдрах, поочерёдно выбрасывая ноги вперёд на месте); бега: (лёгкий, стремительный, со сменой направления, с преодолением препятствий, спиной вперёд); перестроения: (равнение в шеренге, повороты направо, налево, в движении	Продолжать учить детей прыгать на мягкое покрытие высотой 20 см., учить детей подлезанию в обруч спиной вперёд. Продолжать учить детей бегать с преодолением различных препятствий. Закрепить навык прыжков на хобах и на батуте упражнение «Кенгуру», отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная на носочках, на пятках, спиной вперёд, полу присед, на бёдрах, поочерёдно выбрасывая ноги вперёд на месте); бега: (лёгкий, стремительный, со сменой направления, с преодолением препятствий, спиной вперёд); перестроения: (равнение в шеренге, повороты направо, налево, в движении на углах, построение в колонну
----------	---	--

	<p>на углах, построение в колонну по два, три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Снег растает в чистом поле», «Пекарь, пекарь...», «Надуем щёки», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «продуй теннисный мяч». Развивать умение владеть своим телом и сохранять группировку, правильную осанку, у детей спортивные и волевые качества в П./И «Волк ворву», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>	<p>по два, три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Снег растает в чистом поле», «Пекарь, пекарь...», «Надуем щёки», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Продуй теннисный мяч». Развивать умение владеть своим телом и сохранять группировку, правильную осанку, у детей спортивные и волевые качества в П./И «Волк во рве», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>
2 неделя	<p>Учить детей прыжкам в высоту с разбега высота 30-40 см., отбивание мяча ногой о стенку внутренней и внешней стороной стопы ноги. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, «петушиный» шаг, со сменой направления); бега: (лёгкий, парами, по кругу, в колонне, по залу в обход, со сменой направления); перестроения: (построение в колонну по два и три, равнение в затылок, повороты направо, налево в прыжке). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «К самовару гости прибежали...», «Раз, два, три, четыре...», ОРУ со шнурками. Работа над развитием дыхания и голоса «Фокус». Развивать выносливость, силу толчка во время прыжков, силу воли, интерес к играм: П./И «Волк во рве», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>	<p>Учить детей выполнять силовые упражнения: (отжимание, «Ванька-встанька»), учить детей расслаблять мышечную систему, сохраняя эмоциональное настроение. Закрепить навык прыжка ноги скрестно. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, «петушиный» шаг, со сменой направления); бега: (лёгкий, парами, по кругу, в колонне, по залу в обход, со сменой направления); перестроения: (построение в колонну по два и три, равнение в затылок, повороты направо, налево в прыжке). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «К самовару гости прибежали...», «Раз, два, три, четыре...», ОРУ со шнурками. Работа над развитием дыхания и голоса «Фокус». Развивать выносливость, силу толчка во время прыжков, силу воли, интерес к играм: П./И «Горелки с платочком», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>
3 неделя	<p>Учить детей отбиванию мяча между и вокруг предметов ногой, любым удобным способом. Совершенствование навыка: (обычная, на носочках, на пятках, «гуськом», со сменой направления); бега: (враспынную, в колонне по одному,</p>	<p>Продолжать учить детей отбиванию мяча между и вокруг предметов ногой, любым удобным способом. Совершенствование навыка: (обычная, на носочках, на пятках, «гуськом», со сменой направления); бега: (враспынную, в колонне по одному, с ускорением); перестроения:</p>



	с ускорением); перестроения: (построение в колонну по три, равнение в затылок, повороты направо, налево, в движении). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Если на улице дождик идёт», «Живым существам очень трудно без дома!», «Улыбочка», «Чашечка», «Лопаточка», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать ловкость, выносливость, меткость, умения выполнять роль ведущего в подвижных играх П./И «Волк во ров», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.	(построение в колонну по три, равнение в затылок, повороты направо, налево, в движении). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Если на улице дождик идёт», «Живым существам очень трудно без дома!», «Улыбочка», «Чашечка», «Лопаточка», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать ловкость, выносливость, меткость, умения выполнять роль ведущего в подвижных играх П./И «Волк во ров», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам под музыкальное сопровождение.
4 неделя	Учить детей передавать мяч ногой друг другу расстояние 3-5 метров. Совершенствовать навык подтягивания на гимнастической скамейке, навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с перекатом с пятки на носок, с остановкой по сигналу; бега: (с преодолением препятствий, лёгкий, с ускорением); перестроение: (в колонну по три, размыкание и смыкание, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Котик», «Дай молочка, Буренушка», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать статическое равновесие стоя на одной ноге, другую поджать и закрыть глаза, выносливость, быстроту, ловкость, внимание в П./И «Достань камешек», «Бой подушками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями	Продолжать учить детей передавать мяч ногой друг другу расстояние 3-5 метров. Совершенствовать навык подтягивания на гимнастической скамейке, навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с перекатом с пятки на носок, с остановкой по сигналу; бега: (с преодолением препятствий, лёгкий, с ускорением); перестроение: (в колонну по три, размыкание и смыкание, по диагонали, змейкой без ориентиров). Закрепить навык прыжков на двух ногах с зажатым мячом между ног. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Котик», «Дай молочка, Буренушка», «Почистим», «Лопаточка», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать статическое равновесие стоя на одной ноге, другую поджать и закрыть глаза, выносливость, быстроту, ловкость, внимание в П./И «Достань камешек», «Бой подушками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями, чувство согласованности движения и музыки.
Май старшая группа		
1 неделя	Учить детей ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейке. Закрепить навык передавать мяч ногой друг другу расстояние 3-5 метров, подлазанье под гимнастическую скамейку.	Продолжать учить детей ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейке. Закрепить навык передавать мяч ногой друг другу расстояние 3-5 метров. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на

	<p>Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с изменением темпа, направления, спиной вперёд, в колонну по два, три); бега: (лёгкий, стремительный, на месте фиксируя внимание на правильность отмашки рук); перестроения: (в колонну по два, три, равнение в шеренге, размыкание и смыкание в шеренге). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Нет на свете Родины красивей ...», «Раз, два - Москва», «Поцелуй», «Маляр», «Лопаточка», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Фыркни как лошадь». Развивать умение владеть своим телом и сохранять группировку, правильную осанку, у детей спортивные и волевые качества в П./И «Волк во-рву», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>	<p>пятках, с изменением темпа, направления, спиной вперёд, в колонну по два, три); бега: (лёгкий, стремительный, на месте фиксируя внимание на правильность отмашки рук); перестроения: (в колонну по два, три, равнение в шеренге, размыкание и смыкание в шеренге), метания набивного мяча весом. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Нет на свете Родины красивей ...», «Раз, два - Москва», «Поцелуй», «Маляр», «Лопаточка», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Фыркни как лошадь». Развивать умение владеть своим телом и сохранять группировку, правильную осанку, у детей спортивные и волевые качества в П./И «Волк во-рву», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>
2 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы. Закрепить лазание по «Чудо лестнице» любым удобным способом с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, «Петушиный» шаг, с изменением направления); бега: (лёгкий, стремительный, на месте, в кружении вокруг себя, спиной вперёд); перестроения: (повороты направо, на лево, кругом прыжком). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Ах ты девочка чумазая», «Все капризы у Оксанки», «Почистим зубы», «Маляр», ОРУ с гимнастическими палками. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать находчивость, равновесие, координацию движения, выносливость в П./И «Достань камешек», «Бой подушками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными</p>	<p>Учить детей играть в элементарную спортивную игру футбол. Закрепить лазание по «Чудо лестнице» любым удобным способом с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, «Петушиный» шаг, с изменением направления); бега: (лёгкий, стремительный, на месте, в кружении вокруг себя, спиной вперёд); перестроения: (повороты направо, на лево, кругом прыжком), навык прыжка ноги вместе врозь. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Ах ты девочка чумазая», «Все капризы у Оксанки», «Почистим зубы», «Маляр», ОРУ с гимнастическими палками. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать находчивость, равновесие, координацию движения, выносливость в П./И «Достань камешек», «Бой подушками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями.</p>

	упражнениями.	
3 неделя	<p>Продолжать обучать вращение обруча на талии. Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы. Закрепить лазание по «Чудо лестнице» любым удобным способом с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд); бега: (лёгкий, с ускорением, прыжком с целью достать предмет, «обезьяний шаг»); перестроения: (в шеренгу, равнение смирно, построение в колонну по три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Я шагаю по лужайке», «Прилетела к нам вчера полосатая пчела», «Улыбочка», «Футбол языком», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Полёт бабочки». Развивать внимание, выносливость, ловкость, смелость в П./И «Голубь», «Ловишка с ленточками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями, чувство согласованности движения.</p>	<p>Продолжать обучать вращение обруча на талии. Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы. Закрепить лазание по «Чудо лестнице» любым удобным способом с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд; бега: лёгкий, с ускорением, прыжком с целью достать предмет, «обезьяний шаг»; перестроения: в шеренгу, равнение смирно, построение в колонну по три. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Я шагаю по лужайке», «Прилетела к нам вчера полосатая пчела», «Улыбочка», «Футбол языком», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Полёт бабочки». Развивать внимание, выносливость, ловкость, смелость в П./И «Голубь», «Ловишка с ленточками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями, чувство согласованности движения под музыкальное сопровождение.</p>
4 неделя	<p>Учить детей вращать обруч на руке, фиксируя внимание на исходное положение и стойку. Закрепить навык подлезания под гимнастическую скамейку, прыжков на двух ногах с зажатым между ног мячом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд); бега: (лёгкий, с ускорением, прыжком с целью достать предмет, «обезьяний шаг»); перестроения: (в шеренгу, равнение смирно, построение в колонну по три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «По дороге мы идём», «Дождик», ОРУ с мешочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Дудочка». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения</p>	<p>Учить детей вращать обруч на руке, фиксируя внимание на исходное положение и стойку. Закрепить навык подлезания под гимнастическую скамейку, прыжков на двух ногах с зажатым между ног мячом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд); бега: (лёгкий, с ускорением, прыжком с целью достать предмет, «обезьяний шаг»); перестроения: (в шеренгу, равнение смирно, построение в колонну по три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «По дороге мы идём», «Дождик», ОРУ с мешочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Дудочка». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения</p>

время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков».	с помощью правил,
Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил,	

**2.2.2. Календарно-тематическое планирование ОО  
в группе компенсирующей направленности для детей от 5 до 6 лет с ЗПР**

Сентябрь старшая группа

Неделя	Перспективный план работы для групп компенсирующей направленности с задержкой психического развития для детей с 5 до 6 лет	
	Задачи занятия в спортивном зале	Задачи занятия в спортивном зале
1 неделя	Продолжать учить детей метанию набивного мяча весом 1 кг. Закрепить навык ходьбы по гимнастической скамейке, руки на поясе, ногу в сторону. Закрепить навык подтягивания на гимнастической скамейке с помощью рук на животе. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен), бег (врассыпную, в колонне по одному). Развивать координационные способности детей, чувство само страховки при ходьбе и ползание по гимнастической скамейке. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику ОРУ с теннисным мячом. Развивать произвольность в игре «Слушай команду». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в П./И со словами «Лохматый пёс», «Серый кот», Игра «Подуй, как ветерок»	Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд, на месте, на двух ногах вместе под музыкальное сопровождение. Закрепить навык ползания на четвереньках по прямой дорожке друг за другом. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен), бег (врассыпную, в колонне по одному). Развивать быстроту, внимание в П./И со словами «Лохматый пёс», «Серый кот». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Лошадка», ОРУ большой мяч. Развивать произвольность в игре «Слушай команду». Воспитывать уважение друг к другу в П./И со словами «Лохматый пёс», «Мыши водят хоровод». Работа над развитием дыхания и голоса игра «Фокус».
2 неделя	Обучать детей ползанию на четвереньках, толкая головой набивной мяч по гимнастической скамейке. Совершенствовать навык метания в горизонтальную цель мешочка весом 200гр. на расстоянии 2,2 метра. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен, «обезьяним шагом»), бега (с высоким подниманием колен, с ускорением). Развивать прыжковую выносливость в П./И «С кочки на кочку». Развивать произвольность в игре «Слушай команду» (менять движения). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Осень»,	Обучать детей прыжкам через длинную неподвижную и качающуюся скакалку. Продолжать учить детей ползанию на четвереньках, толкая головой мяч перед собой расстояние 3-4м. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен, «обезьяним шагом»), бега (с высоким подниманием колен, с ускорением). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Дождь», «Лопаточка», ОРУ теннисный мяч. Работа над развитием дыхания и голоса игра «Дудочка». Развивать произвольность в игре «Слушай команду» Развивать скоростную выносливость в П./И «День и ночь», внимание, сосредоточенность в И.М.П. «Найди, где спрятано». Воспитывать

	«Улыбочка - трубочка», ОРУ большой мяч. Работа над развитием дыхания и голоса игра «Дудочка». Воспитывать выдержку в П./И «День и ночь», в И.М.П. «Найди, где спрятано».	дружелюбные отношения в И.М.П. «Найди, где спрятано».
3 неделя	Учить детей ходьбе по верёвке диаметром 1,5-3см. положено зигзагообразно на пол, приставным шагом правым и левым боком. Совершенствовать навык метания мешочка весом 200гр. в вертикальную цель расстояние 2,2м. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен), бега (мелким и широким шагом, гимнастическим скользящим). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Барабан», ОРУ со шнурками. Развивать произвольность в игре «По новым местам». Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать быстроту реакции в П./И со словами «Хитрая лиса», «Ловишка». Развивать умения переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной. Воспитывать уважение друг к другу в И.М.П. «Найди, где спрятано».	Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом вращения её назад, на двух ногах на месте. Учить детей под музыкальное сопровождение расслаблять мышечную систему. Продолжать учить детей ходьбе по верёвке диаметром 1,5-3см. положено зигзагообразно на пол, приставным шагом правым и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы (с высоким подниманием колен), бега (мелким и широким шагом, гимнастическим скользящим). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Барабан», ОРУ со шнурками. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать произвольность в игре «по новым местам». Развивать умение выполнять движения с изменением темпа, создавая образы знакомых героев в П./И со словами «Хитрая лиса», «Ловишка» (убегающие изображают любимого героя). Воспитывать у детей уверенность в себе в П./И «Ловишка».
4 неделя	Учить детей размыкаться на вытянутые руки и смыкаться в колонне по два. Учить детей ходить по гимнастической скамейке, с остановкой и приседанием на середине. Совершенствовать навык подтягивания на гимнастической скамейке с помощью рук, ноги вместе, носки вытянутые. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок), бега (стремительного, со сменой темпа). Развивать произвольность в игре «Замри». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Огород», «Иголочка», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса в игре «Дудочка». Развивать творческое воображение в И.М.П.	Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку, вращая её вперёд и назад на двух ногах на месте. Продолжать учить детей размыкаться на вытянутые руки и смыкаться в колонне по два. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок), бега (стремительного, со сменой темпа). Развивать произвольность в игре «Замри». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Купите лук», «Лопаточка - Иголочка», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса в игре «Продуй теннисный мяч». Развивать скоростные способности в играх-эстафетах. Воспитывать чувство коллективизма в играх-эстафетах.

	«Затейник». Воспитывать честность и справедливость в П/И со словами «Серый кот», «Ловишка».	
Октябрь старшая группа		
1 неделя	Учит детей ходить по гимнастической скамейке, перешагивая через 5-6 набивных мячей способом руки в стороны, с высоким подниманием колен. Продолжать учить детей равнению в затылок в колонне по два. Совершенствовать навык ходьбы (приставным шагом правым и левым боком), бега (в медленном темпе, ускоренный, между предметами). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Фруктовый сад», ОРУ с гимнастической палкой. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Поцелуй губами», «Скажи –У-» (с разведением рук в стороны. Развивать произвольность в игре «Слушай хлопки». Развивать умения согласовывать свои действия с действиями товарищей в П./И со словами «Хитрая лиса», «День и ночь». Воспитывать выдержку в И/У «Гармошка».	Учит детей бросать мяч вверх и об пол и ловить его двумя руками без потерь до 10 раз. Закрепить навык равнения в затылок в колонне по два. Совершенствовать навык ходьбы (приставным шагом правым и левым боком), бега (в медленном темпе, ускоренный, между предметами). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Апельсин», ОРУ с гимнастической палкой. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Поцелуй губами», «Скажи –У-» (с разведением рук в стороны. Развивать произвольность в игре «Слушай команду» Развивать творческое проявление ритмических движений под музыкальное сопровождение различного характера. Воспитывать честность в П./И со словами «Хитрая лиса», «День и ночь».
2 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, прокатывая мяч перед собой. Учить детей перестраиваться на право, налево переступанием. Закрепить навык ползания на четвереньках между предметами змейкой. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок, приставным шагом боком), бега (широким шагом, с высоким подниманием колен). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Огород», ОРУ с флажком. Работа над развитием дыхания и голоса игра на губной гармошке. Развивать произвольность в игре «Слушай хлопки». Развивать внимание, выдержку, умение соблюдать правила П./И со словами «Мы весёлые ребята», «Ловишка». Воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений в И.М.П.	Учить детей прыжкам на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков) в чередовании с ходьбой. Учить детей отбивать мяч правой и левой рукой 4-6 раз без потери. Продолжать совершенствовать навык ползания на четвереньках между предметами змейкой. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок, приставным шагом боком), бега (широким шагом, с высоким подниманием колен). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Апельсин», ОРУ с флажком. Работа над развитием дыхания и голоса игра на губной гармошке. Развивать произвольность в игре «Замри». Развивать у детей спортивные качества в П./И со словами «Мы весёлые ребята», «Ловишка», воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений в И.М.П. со словами «Затейник».

	со словами «Затейник».	
3 неделя	Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом с приседанием. Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его после хлопка в ладоши. Совершенствовать навык ходьбы (на носках, на пятках, в колене по одному, парами), бега (врассыпную, лёгкий). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Грибок», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса в игре «Дровосека». Развивать произвольность в игре «Кого позвали, тот лови!» Развивать внимание и быстроту реакции в П./И со словами «Мышеловка», «Хитрая лиса». Развивать координационные способности детей. Воспитывать честность в И.М.П. «Найди и промолчи».	Учить детей отбивать мяч об пол и ловить его после хлопка в ладоши. Продолжать учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его после хлопка в ладоши. Совершенствовать навык ходьбы (на носках, на пятках, в колене по одному, парами), бега (врассыпную, лёгкий). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «По ягоды», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса в игре «Дровосека». Развивать умение переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной. Развивать произвольность в игре «Кого позвали, тот лови!» Развивать воображение детей в движениях посредством музыки. Воспитывать честность в П./И со словами «Мышеловка», «Хитрая лиса», И.М.П. «Найди и промолчи».
4 неделя	Учить детей ходьбе по канату способом пятка на канате, носки на полу. Закрепит навык подлезания под гимнастическую скамейку способом «по-пластунски». Совершенствовать навык ходьбы (на пятках, с высоким подниманием колен, «обезьяним шагом»), бега (сменной направления, с остановкой по сигналу, лёгкий). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Журавли», ОРУ с лентами. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение на выдохе – И-. формировать моторно-двигательное внимание в игре «По новым местам». Развивать у детей умения передвигаться с предметами и между предметами с сохранением правильной осанки и равновесия во время проведения игр-эстафет «Разложи овощи и фрукты». Воспитывать честность в П./И со словами «Мышеловка», «Ловишка», в И.М.П. «Найди и промолчи».	Учить детей ходьбе по канату способом пятка на канате, носки на полу. Закрепит навык подлезания под гимнастическую скамейку способом «по-пластунски». Совершенствовать навык ходьбы (на пятках, с высоким подниманием колен, «обезьяним шагом»), бега (сменной направления, с остановкой по сигналу, лёгкий). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Осень», ОРУ с лентами. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение на выдохе – ОИ-. Развивать произвольность в игре «Слушай команду» Развивать у детей умения передвигаться с предметами и между предметами с сохранением правильной осанки и равновесия во время проведения игр-эстафет «Разложи овощи и фрукты». Воспитывать честность в П./И со словами «Мышеловка», «Ловишка», в И.М.П. «Найди и промолчи».

Ноябрь старшая группа

1 неделя	<p>Продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке приставным шагом с мешочком на голове. Учить детей перебрасывать мяч друг другу из-за головы через волейбольную сетку. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, в парах); бега: (лёгкий, со сменой направления в прыжке, с высоким поднимание колен); перестроения: (в колонне, в круг, размыкание на вытянутые руки и смыкание друг за другом). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Маша варежку одела», «болтушка», ОРУ со спорт роллерами. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Облако». Развивать умения согласовывать действия с действиями товарищей при выполнении общеразвивающих упражнений с фиестами. Упражнять детей в лазание по гимнастической стенке с использованием перекрёстной координации в П./И «Пожарные на учении». Развивать произвольность в игре «Совушка - сова». Развивать в детях умения сочетать бег с увёртыванием и подлезанием в П./И со словами «Мышеловка». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>	<p>Учить детей прыжкам на двух ногах с продвижением вперёд расстояние 3-4 метра. Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу из-за головы расстояние 2-3 метра. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, в парах); бега: (лёгкий, со сменой направления в прыжке, с высоким поднимание колен); перестроения: (в колонне, в круг, размыкание на вытянутые руки и смыкание друг за другом). Продолжать развивать творческое проявление ритмичных движений под музыкальное сопровождение различного характера. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Шапка шерстяная», «расчесывание», ОРУ со спорт роллерами. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Облако». Развивать произвольность в игре «Совушка - сова». Развивать в детях умения сочетать бег с увёртыванием и подлезанием в П./И со словами «Мышеловка». Воспитывать честность в выполнении правил в П./И со словами «Хитрая лиса» (с подлезанием).</p>
2 неделя	<p>Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу через волейбольную сетку расстояние 2 метра. Учить бегать в медленном темпе непрерывно в течении 1,5-2 минуты. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, на бёдрах сидя на полу); бега: (лёгкий, со сменой направления); перестроения: (колонну, круг, два круга). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Тюфельки нарядные», упражнение «Качели», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Перо». Развивать культуру движений и телесную рефлексия. Упражнять детей в лазание по гимнастической стенке с</p>	<p>Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу от груди двумя руками расстояние 2 метра. Учить бегать в медленном темпе непрерывно в течении 1,5-2 минуты. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, на бёдрах сидя на полу); бега: (лёгкий, со сменой направления); перестроения: (колонну, круг, два круга). Развивать прыжковую выносливость, прыгая способом, одна нога впереди, другая сзади. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «В магазине много есть...», упражнение «Трубочка», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Перо». Развивать у детей умения выбирать бег на скорость или бег с увёртыванием в зависимости от места нахождения ловишки в П./И со</p>



	использованием перекрёстной координации в П./И «Пожарные на учении». Развивать у детей умения выбирать бег на скорость или бег с увёртыванием в зависимости от места нахождения ловишки, развивать произвольность в игре в П./И со словами «Мы весёлые ребята». Воспитывать у детей уверенность в себе в сложившихся ситуациях, справедливость, честность.	словами «Мы весёлые ребята». Воспитывать у детей уверенность в себе в сложных ситуациях, справедливость. Воспитывать честность в выполнении правил, развивать произвольность в П./И со словами «Хитрая лиса» (с подлезанием).
3 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с закрытыми глазами способом «крадучись». Учить детей боковому галопу правым боком и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, приставным шагом с хлопками над головой); бега: (лёгкий, с препятствиями); перестроения: (повороты на право и на лево переступанием, в шеренгу, в колонне). Развивать координационные способности детей, чувство само страховки при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Мастера пустили в дело», ОРУ с малым мячом. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Собачка». Развивать умения выполнять подлезания с ходу, выбирая способ в зависимости от высоты в П./И «Караси и щука». Воспитывать у детей честность, справедливость, развивать произвольность в П./И со словами «Хитрая лиса» (с подлезанием).	Продолжать учить детей боковому галопу правым боком и левым боком. Учить детей подлезанию под дугу боком (правым и левым) способом присесть одна нога прямая, под дугой, подлезть и выпрямить другую ногу. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, приставным шагом с хлопками над головой); бега: (лёгкий, с препятствиями); перестроения: (повороты на право и на лево переступанием, в шеренгу, в колонне). Развивать прыжковую выносливость детей, прыгая с крестно, способом одна нога впереди, другая сзади. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Напёрсток». Развивать произвольность в игре «Будь внимателен». Работа над развитием дыхания и голоса упражнение «Собачка», ОРУ с малым мячом. Развивать умения выполнять подлезания с ходу, выбирая способ в зависимости от высоты в П./И «Караси и щука». Воспитывать у детей честность, справедливость в П./И со словами «Хитрая лиса» (с подлезанием). Воспитывать чувство согласованности в движения и музыки.
4 неделя	Продолжать учить перебрасывать мяч через волейбольную сетку любым удобным способом: снизу, из-за головы, от груди, от плеча одной рукой. Учить детей перестраиваться в колонну по три. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, приставным шагом с приседанием, обычная); бега: (лёгкий, ускоренный, с остановкой по сигналу, со сменой направления прыжком); перестроения: (в	Продолжать учить перебрасывать мяч друг другу любым удобным способом: снизу, из-за головы, от груди, от плеча одной рукой. Продолжать учить детей перестраиваться в колонне по три. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, на пятках, приставным шагом с приседанием, обычная); бега: (лёгкий, ускоренный, с остановкой по сигналу, со сменой направления прыжком); перестроения: (в шеренгу, в колонне по два, в колонну по одному).

	<p>шеренгу, в колонне по два, в колонну по одному). Развивать произвольность в игре «Будь внимателен» (3 позы). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в упражнении «Снеговик», упражнение «надувание щек», ОРУ с платочком. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение на выдохе «рисуем круг». Развивать умения согласовывать свои действия с действиями товарищей по команде, в командной игре пионербол. Воспитывать чувство коллективизма, уважение к товарищам по команде, игровые взаимоотношения.</p>	<p>Развивать прыжковую выносливость, прыгая на двух ногах с зажатым мячом между ног. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику в игре «Пирог», упражнение «надувание щек», ОРУ с платочком. Работа над развитием дыхания и голоса упражнение на выдохе «рисуем круг». Развивать умения выполнять подлезания с ходу, выбирая способ в зависимости от высоты в П./И «Караси и щука». Воспитывать у детей честность, справедливость, развивать произвольность в П./И со словами «Хитрая лиса» (с подлезанием) и в играх – эстафетах «Разбери одежду и обувь». Упражнять детей в расслаблении под музыкальное сопровождение.</p>
--	---	---

Декабрь старшая группа

1 неделя	<p>Учить детей ходьбе по наклонной доске вверх и вниз на носочках, руки на поясе. Закрепить навык лазанья по гимнастической скамейке способом «обезьянки». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, приставным шагом с приседанием, с притопами); бега: (лёгкий, ускоренный); перестроения: (построение в круг, в шеренгу, по диагонали, по звеньям). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику И/У «Коля, Коля, Николай», ОРУ за руки в кругу. Работа над развитием дыхания и голоса И/У «Дуем на теннисный мяч». Развивать скоростную выносливость в ускоренном беге в П./И со словами «Мы весёлые ребята». Развивать творческое воображение, произвольность в П./И со словами «Затейник». Воспитывать интерес к физическим упражнениям.</p>	<p>Учить детей удерживать теннисный мячик на теннисной ракетке. Фиксировать внимание на исходное положение. Закрепить навык прыжка на двух ногах с продвижением вперёд на 2-3 метра. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, приставным шагом с приседанием, с притопами); бега: (лёгкий, ускоренный); перестроения: (построение в круг, в шеренгу, по диагонали, по звеньям). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику И/У «В доме жалуется пол», ОРУ за руки в кругу. Работа над развитием дыхания и голоса И/У «Дуем на теннисный мяч». Развивать скоростную выносливость, произвольность в П./И со словами «Два Мороза». Развивать творческое воображение в И.М.П. со словами «Затейник» под музыкальное сопровождение. Воспитывать интерес и желание заниматься спортом.</p>
2 неделя	<p>Учить детей ходьбе по наклонной доске вверх и вниз приставным шагом руки на поясе. Учить детей ходьбе змейкой без предметов. Закрепить навык подскоков на одной, и другой ноге чередуя. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с продвижением вперёд, в</p>	<p>Учить детей отбивать теннисный мяч теннисной ракеткой. Продолжать учить детей ходьбе змейкой без предметов. Закрепить навык подскоков на одной, и другой ноге, чередуя под музыкальное сопровождение. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с продвижением вперёд, в кружении); бега: (с высоким подниманием</p>

	<p>кружении); бега: (с высоким подниманием колен, со сменой направления); перестроения: (в шеренгу, колону по 1,2,3, по диагонали). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Устала наша бабушка», «Надуем щёки», ОРУ с большим мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека». Развивать координационные способности детей при выполнении О.В.Д. Приучать детей контролировать и оценивать действия, сравнивать их с действиями других детей. Воспитывать самообладание, смелость, развивать произвольность в П./И со словами «Два Мороза», и И.М.П. со словами «Гостя».</p>	<p>колен, со сменой направления); перестроения: (в шеренгу, колону по 1,2,3, по диагонали). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Большаку – дрова рубить», «Качели», ОРУ с большим мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека». Развивать умения согласовывать свои действия с действиями своих товарищей. Воспитывать настойчивость, выдержку, самообладание, смелость, развивать произвольность в П./И со словами «Два Мороза», и И.М.П. со словами «Гостя».</p>
3 неделя	<p>Учить детей бегать по наклонной доске с остановкой у шведской стенки и спокойному спуску способом руки на поясе, ногу в сторону. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Жду красавицу колючку», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Обезьянки». Развивать произвольность в игре «Зеваки». Развивать скоростные способности, внимание, быстроту реакции при беге с остановкой по сигналу. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, полу присед с выставлением ноги на пятку, «шаг гномов»); бега: (лёгкий, по диагонали, змейкой, со сменной направления); перестроения: (в шеренгу, в колоне по 1,2,3, повороты кругом). Воспитывать честность в П./И «Перестрелбол».</p>	<p>Продолжать учить детей отбивать теннисный мяч ракеткой 3-5 раз без потери. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Мы на ёлке веселились», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Фырки как лошадь». Развивать произвольность в игре «Зеваки». Развивать прыжковую выносливость, прыгая способом ноги врозь, вместе на носках, руки в стороны. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, полу присед с выставлением ноги на пятку, «шаг гномов»); бега: (лёгкий, по диагонали, змейкой, со сменной направления); перестроения: (в шеренгу, в колоне по 1,2,3, повороты кругом). Воспитывать честность в П./И «Перестрелбол». Воспитывать чувство согласованности движения и музыки.</p>
4 неделя	<p>Продолжать учить детей удерживать теннисный мяч на ракетке и отбиванию теннисного мяча ракеткой. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, в колоне по два); бега: (лёгкий, «обезьяний»); перестроения: (в колоне по 1,2, в шеренгу повороты на право, на лево). Развивать координационные способности во время</p>	<p>Учить детей перелазить через несколько предметов разными способами. Учить детей выполнять упражнения под музыку, развивая творческую направленность. Продолжать учить детей удерживать теннисный мяч на ракетке и отбиванию теннисного мяча ракеткой. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, в колоне по два); бега: (лёгкий, «обезьяний»); перестроения: (в колоне по</p>

	прыжков на хоппах. Развивать произвольность в игре развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Зарумянились кустарники», «Грибок», ОРУ с воланом. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать скоростные способности, в играх-эстафетах используя элементы спортивных игр: футбол, теннис. Воспитывать уважение друг к другу, уверенность к себе, игровые взаимоотношения.	1,2, в шеренгу повороты на право, на лево). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Летела, летела сорока», «Лошадки», ОРУ с воланом. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать координационные способности во время прыжков на хоппах. Развивать произвольность в игре «Четыре стихии». Развивать скоростные способности, в играх-эстафетах используя элементы спортивных игр: футбол, теннис. Воспитывать уважение друг к другу, уверенность к себе, игровые взаимоотношения.
--	--	---

Январь старшая группа

3 неделя	Учить детей забрасывать мяч в баскетбольную корзину способом двумя руками от груди, подпрыгивать до предмета, подвешенного на расстоянии 15-20 см. выше поднятой руки ребёнка. Продолжать учить детей непрерывному бегу в течение 1,5-2 минуты в медленном темпе. Развивать произвольность в игре «Четыре стихии». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Вот летят, кружась снежинки», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать координационные способности во время ползания по гимнастической скамейке на спине при помощи рук и ног, глазомер, выносливость. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, «петушинный шаг», «обезьяний шаг»); навык бега: (на носочках в медленном темпе, с ускорением, лёгкий, по диагонали); навык перестроения: (в колонну по 2,3, равнение в затылок, повороты направо, на лево). Воспитывать настойчивость, честность, в П./И с проговариванием «Чай, чай выручай» с подлезанием между ногами, П./И «Перестрелбол».	Учить детей подлезанию под верёвкой высотой 40-50 см. Продолжать учить ходить по канату способом пятки на канате, носки на полу, руки на поясе. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, «петушинный шаг», «обезьяний шаг»); навык бега: (на носочках в медленном темпе, с ускорением, лёгкий, по диагонали); навык перестроения: (в колонну по 2,3, равнение в затылок, повороты направо, на лево). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Скачет белка шалунишка», «Лопаточка», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать произвольность в игре «Вороны и воробьи» (с предметами). Развивать у детей умения передвигаться с предметами и между предметами с сохранением правильной осанки и равновесия во время проведения игр-эстафет. Воспитывать настойчивость, честность, в П./И с проговариванием «Чай, чай выручай» с подлезанием между ногами, П./И «Перестрелбол».
4 неделя	Обучить детей ведению мяча правой и левой рукой на месте	Продолжать обучать детей ведению мяча правой и левой рукой на

	<p>способом ноги на ширине плеч, рука «колокольчиком» сверху, перебрасыванию мяча друг другу от груди. Развивать координационные способности во время ходьбы по шнуру, положенному зигзагообразно. Приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги, руки на поясе. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, «раком» с опорой на ступни и кисти рук); навык бега: (на носочках в медленном темпе, с ускорением, лёгкий, по диагонали); навык перестроения: (в колонну по 2,3, равнение в затылок, размыкание на вытянутые руки назад). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «На скамейку я встаю», ОРУ с гимнастической палкой. Развивать произвольность в игре «Запретное движение». Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем круг на выдохе». Воспитывать у детей уверенность в себе в сложных ситуациях, справедливость в П./И «Охотники и зайцы», П./И «Ловишка с ленточками», в И.М.П. со словами «Гостя».</p>	<p>месте способом ноги на ширине плеч, рука «колокольчиком» сверху, перебрасыванию мяча друг другу от груди. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, «раком» с опорой на ступни и кисти рук); навык бега: (на носочках в медленном темпе, с ускорением, лёгкий, по диагонали); навык перестроения: (в колонну по 2,3, равнение в затылок, размыкание на вытянутые руки назад). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Почтовый ящик открываем», ОРУ с гимнастической палкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем круг на выдохе». Развивать произвольность в игре «Запретное движение». Развивать воображение детей в движениях посредством музыки. Воспитывать у детей уверенность в себе в сложных ситуациях, справедливость в П./И «Охотники и зайцы», П./И «Ловишка с ленточками», в И.М.П. со словами «Гостя», чувство согласованности движения и музыки.</p>
--	---	--

Февраль старшая группа

1 неделя	<p>Обучение детей ходьбе по гимнастической скамейке со сменой направления, способом поворота кругом, навыку лазанья по шведской стенке высотой 2,5 метра одноимённым способом, с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы; (обычная, на носочках, на пятках, способом «рак» ногами вперёд, «обезьяний шаг»); бега (лёгкий, стремительный, со сменной направления и остановкой по сигналу), перестроения (в колонну по два, три, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать произвольность в игре «Сделайте, пожалуйста». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Теплоход», «Хлопаем перед</p>	<p>Обучение детей прыжкам в глубину с кубов, высота 30-40 см., прокатывать набивной мяч весом 1 кг. змейкой между предметами. Учить детей под музыку расслаблять мышечную систему, сохраняя эмоциональное настроение. Совершенствовать навык ходьбы; (обычная, на носочках, на пятках, способом «рак» ногами вперёд, «обезьяний шаг»); бега (лёгкий, стремительный, со сменной направления и остановкой по сигналу), перестроения (в колонну по два, три, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Теплоход», «Покусывание и пошлёпывание», «Хлопаем перед собой», ОРУ с лентой. Развивать произвольность в игре «Сделайте, пожалуйста». Работа над развитием</p>
----------	---	---

	<p>собой», ОРУ с лентой. Работа над развитием дыхания и голоса «Расчёсывание», «Дудочка». Развивать самостоятельность, быстроту, силу воли, быстроту реакции в П./И «Выбивала», «Ловишка с приседалками». Воспитывать игровые взаимоотношения в п./и, выдержку, умения расслабляться с помощью И/У «Облако», «Дровосека».</p>	<p>дыхания и голоса «Дудочка». Развивать воображение детей в движениях посредством музыки, самостоятельность, быстроту, силу воли, быстроту реакции в П./И «Выбивала», «Ловишка с приседалками». Воспитывать игровые взаимоотношения в п./и, выдержку, умения расслабляться с помощью И/У «Облако», «Дровосека».</p>
2 неделя	<p>Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке со сменой направления, способом поворота кругом, навыку лазанья по шведской стенке высотой 2,5 метра разноимённым способом, с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с перекатом с пятки на носок с задержкой на носке); навык бега: (лёгкий, с преодолением препятствий, с высоким подниманием колен); навык перестроения: (в шеренгу, равнение в шеренге, команду смирно в шеренге, в колонну по два, по три, равнение в затылок). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «На солнечном окошке», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать чувство равновесия во время выполнения общеразвивающих упражнений на гимнастической скамейке, выдержку, сдержанность, произвольность в П./И с проговариванием «Пограничник», доверия И.М.П. «Санитар». Воспитывать у детей уверенность в себе, игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в игре.</p>	<p>Продолжать учить детей прыжкам в глубину с кубов, высота 30-40 см., прокатывать набивной мяч весом 1 кг. змейкой между предметами. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с перекатом с пятки на носок с задержкой на носке); навык бега: (лёгкий, с преодолением препятствий, с высоким подниманием колен); навык перестроения: (в шеренгу, равнение в шеренге, команду смирно в шеренге, в колонну по два, по три, равнение в затылок). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Раз, два, три, четыре, пять», «Лошадки», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать чувство равновесия во время выполнения общеразвивающих упражнений на гимнастической скамейке, выдержку, сдержанность, произвольность в П./И «Пограничник», доверия И.М.П. «Санитар». Воспитывать у детей уверенность в себе, игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в игре.</p>
3 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, лазанью по шведской стенке с пролёта на пролёт высотой 2,5 метров. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «В пограничников играем», «Грибок», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания</p>	<p>Учить детей прыжкам на батуте упражнение «стойкий оловянный солдатик». Продолжать учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой на месте. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Вышли танки на парад», «Лошадки», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Нарисуем квадрат». Развивать</p>

	и голоса «Нарисуем квадрат». Развивать произвольность в игре «Сделайте, пожалуйста». Развивать координационные способности. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках руки в замок за голову, с закрытыми глазами); бега: (мелким шагом, змейкой, по диагонали); перестроения: (перестроение в колонну по 2,3. Из колонны в круг, 2 круга). Развивать скоростные способности в П./И «Бездомный заяц», меткость, выдержку в И/У «Сбей кеглю». Воспитывать любовь к П./И народов севера «Ловля олений».	произвольность в игре «Раз, два, три, фигура чувства замри». Развивать координационные способности. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках руки в замок за голову, с закрытыми глазами); бега: (мелким шагом, змейкой, по диагонали); перестроения: (перестроение в колонну по 2,3, из колонны в круг, 2 круга) под музыкальное сопровождение. Развивать скоростные способности в П./И «Бездомный заяц», меткость, выдержку в И/У «Сбей кеглю». Воспитывать любовь к П./И народов севера «Ловля олений».
4 неделя	Учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой, поочередно продвигаясь вперёд шагом на 5-6 метров. Учить детей договариваться в П./И народов севера «Льдинки, ветер и мороз». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, в разных направлениях, с высоким подниманием колен способом «олени»); бега: (лёгкий, с преодолением препятствий, с высоким подниманием колен «олени», в парах); перестроения: (построение в колонну по 2,3, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику, ОРУ со спорт роллерами. Развивать произвольность в игре «Раз, два, три, фигура чувства замри». Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать скоростные способности, в играх-эстафетах используя элементы спортивных игр: футбол, теннис. Воспитывать уважение друг к другу, уверенность к себе, игровые взаимоотношения.	Учить детей прыжкам в высоту способом прямо, ноги вместе через 6-7 предметов, высота предметов 15-20 см. Продолжать учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой, поочередно продвигаясь вперёд шагом на 5-6 метров, договариваться в П./И народов севера «Льдинки, ветер и мороз». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, в разных направлениях, с высоким подниманием колен способом «олени»); бега: (лёгкий, с преодолением препятствий, с высоким подниманием колен «олени», в парах); перестроения: (построение в колонну по 2,3, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать произвольность в игре «Раз, два, три, фигура чувства замри». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику ОРУ со спорт роллерами. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать скоростные способности, в играх-эстафетах под музыкальное сопровождение, используя элементы спортивных игр: футбол, теннис. Воспитывать уважение друг к другу, уверенность к себе, игровые взаимоотношения.
Март старшая группа		
1 неделя	Учить детей вращать обруч на талии. Развивать прыжковую выносливость во время прыжков, допрыгивая до предмета с места, подвешенного на высоте 15-20 см. выше поднятой руки ребёнка. Развивать общую, мелкую и артикуляционную	Учить детей подлезанию в обруч правым, левым боком и спиной. Продолжать учить детей вращать обруч на талии. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Краски весны», «Весна», «Вкусное варенье», ОРУ с мешочком. Работа над развитием дыхания и

	<p>моторику «Краски весны», «Весна», «Вкусное варенье», ОРУ с мешочком. Работа над развитием дыхания и голоса «Надуть воздушный шар». Развивать произвольность в игре «Смехунчик». Развивать грациозность и красоту движений при выполнении общеразвивающих упражнений с обручем, внимание и быстроту реакции в П./И «Смена ведущего», «Чай, чай, выручай» с подлезанием. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с закрытыми глазами, фиксируя внимание на руки, как помощников, «петушиный шаг»); бега: (лёгкий, парами держась за руки и по сигналу кружась, в колонне по 1); перестроения: (построение в шеренгу, равнение в шеренге, команда смирно, построение в колонну по 2,3, размыкание и смыкание). Воспитывать любовь к своей малой Родине Югре в П./И «Каюр и собаки».</p>	<p>голоса «Надуть воздушный шар». Развивать произвольность в игре «Смехунчик» Развивать грациозность и красоту движений при выполнении общеразвивающих упражнений с обручем, внимание и быстроту реакции в П./И «Смена ведущего», «Чай, чай, выручай» с подлезанием под музыкальное сопровождение. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с закрытыми глазами, фиксируя внимание на руки, как помощников, «петушиный шаг»); бега: (лёгкий, парами держась за руки и по сигналу кружась, в колонне по 1); перестроения: (построение в шеренгу, равнение в шеренге, команда смирно, построение в колонну по 2,3, размыкание и смыкание). Воспитывать любовь к своей малой Родине Югре в П./И «Каюр и собаки».</p>
2 неделя	<p>Учить детей лазанью по «чудо лестнице» одноимённым способом. Продолжать учить детей вращать обруч на талии. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом с прыжком вверх); бега: (лёгкий, на носочках, по наклонной доске вверх, вниз, по диагонали. Змейкой с ориентирами); перестроения: (построение в колонну, повороты кругом). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Маму я свою люблю...», «Цветок для мамы», ОРУ с набивным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Полёт бабочки». Развивать произвольность в игре «Зеваки». Развивать скоростные способности в П./И «Бездомный заяц», «Перестрел бол». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>	<p>Учить детей метать в неподвижную цель с расстояния 2,2 метра. Продолжать учить детей вращать обруч на талии. Закрепить навык прыжка на двух ногах с продвижением вперёд. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом с прыжком вверх); бега: (лёгкий, на носочках, по наклонной доске вверх, вниз, по диагонали. Змейкой с ориентирами); перестроения: (построение в колонну, повороты кругом). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Маму я свою люблю...», «Цветок для мамы», ОРУ с набивным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Полёт бабочки». Развивать произвольность в игре «Будь внимателен». Развивать скоростные способности в П./И «Бездомный заяц», «Перестрел бол». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями под музыкальное сопровождение.</p>
3 неделя	Продолжать учить детей вращать обруч на талии,	Продолжать учить детей вращать обруч на талии, фиксировать



	<p>фиксировать внимание на продолжительность удержания обруча, лазанью по «чудо лестнице» одноимённым способом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, стремительный, приставным шагом правым и левым боком); перестроения: (в колонну по два, три, по диагонали, змейкой с ориентирами). Развивать произвольность в игре «Флажок». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Самолёт», «Чтоб здоровыми мы были...», «Расческа», «Маляр», ОРУ с лентами. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать у детей чувство самостраховки при выполнении разнообразных движений во время игр: П./И «Третий лишний», П/И «Удочка». Воспитание самостоятельность в решении двигательных задач, вызывать интерес к играм народов севера «Олень упряжки».</p>	<p>внимание на продолжительность удержания обруча, прокатывание обруча друг другу. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, стремительный, приставным шагом правым и левым боком); перестроения: (в колонну по два, три, по диагонали, змейкой с ориентирами). Развивать у детей чувство самостраховки при выполнении разнообразных движений во время игр: П./И «Третий лишний», П/И «Удочка». Развивать произвольность в игре «Флажок». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Самолёт», «Чтоб здоровыми мы были...», «Расческа», «Маляр», ОРУ с лентами. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать творческое проявление ритмических движений под музыку различного характера. Воспитание самостоятельность в решении двигательных задач, вызывать интерес к играм народов севера «Олень упряжки».</p>
4 неделя	<p>Учить детей бегать с преодолением различных препятствий. Продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке с закрытыми глазами. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная на носочках, на пятках, спиной вперёд, полу присед); бега: (лёгкий, стремительный, со сменой направления, с преодолением препятствий); перестроения: (равнение в шеренге, повороты направо, налево, в движении на углах). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Покупаем продукты», «У метро – стеклянный дом», «Барабанщик», «Маляр», ОРУ с гимнастической скамейкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать произвольность в игре «Запретное движение». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет,</p>	<p>Учить детей подлезанию в обруч спиной вперёд. Продолжать учить детей бегать с преодолением различных препятствий. Закрепить навык прыжков на хоппах и на батуте упражнение «Кенгуру». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная на носочках, на пятках, спиной вперёд, полу присед); бега: (лёгкий, стремительный, со сменой направления, с преодолением препятствий); перестроения: (равнение в шеренге, повороты направо, налево, в движении на углах). Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Развивать произвольность в игре «Слушай хлопки». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Покупаем продукты», «У метро – стеклянный дом», «Барабанщик», «Маляр», ОРУ с гимнастической скамейкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать умения создавать свою двигательную программу под</p>

	П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.	медленную музыку. Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.
--	--	---

Апрель старшая группа

1 неделя	Продолжать учить детей прыгать на мягкое покрытие высотой 20 см., учить детей подлезанию в обруч спиной вперёд. Продолжать учить детей бегать с преодолением различных препятствий. Закрепить навык прыжков на хопках и на батуте упражнение «Кенгуру». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная на носочках, на пятках, спиной вперёд, полу присед, на бёдрах, поочередно выбрасывая ноги вперёд на месте); бега: (лёгкий, стремительный, со сменой направления, с преодолением препятствий, спиной вперёд); перестроения: (равнение в шеренге, повороты направо, налево, в движении на углах, построение в колонну по два, три). Развивать произвольность в игре «Игра в мяч». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Снег растает в чистом поле», «Пекарь, пекарь...», «Надуем щёки», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «продуй теннисный мяч». Развивать умение владеть своим телом и сохранять группировку, правильную осанку, у детей спортивные и волевые качества в П./И «Волк ворву», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.	Продолжать учить детей прыгать на мягкое покрытие высотой 20 см., учить детей подлезанию в обруч спиной вперёд. Продолжать учить детей бегать с преодолением различных препятствий. Закрепить навык прыжков на хопках и на батуте упражнение «Кенгуру», отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная на носочках, на пятках, спиной вперёд, полу присед, на бёдрах, поочередно выбрасывая ноги вперёд на месте); бега: (лёгкий, стремительный, со сменой направления, с преодолением препятствий, спиной вперёд); перестроения: (равнение в шеренге, повороты направо, налево, в движении на углах, построение в колонну по два, три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Снег растает в чистом поле», «Пекарь, пекарь...», «Надуем щёки», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Продуй теннисный мяч». Развивать произвольность в игре «Игра в мяч». Развивать умение владеть своим телом и сохранять группировку, правильную осанку, у детей спортивные и волевые качества в П./И «Волк во рве», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.
2 неделя	Учить детей прыжкам в высоту с разбега высота 30-40 см., отбивание мяча ногой о стенку внутренней и внешней стороной стопы ноги. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, «петушиный» шаг, со сменой направления); бега: (лёгкий, парами, по кругу, в колонне, по залу в обход, со сменой	Учить детей выполнять силовые упражнения: (отжимание, «Ванька-встанька»), учить детей расслаблять мышечную систему, сохраняя эмоциональное настроение. Закрепить навык прыжка ноги скрестно. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, «петушиный» шаг, со сменой направления); бега: (лёгкий, парами, по кругу, в колонне, по залу в обход, со сменой

	<p>направления); перестроения: (построение в колонну по два и три, равнение в затылок, повороты направо, налево в прыжке). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «К самовару гости прибежали...», «Раз, два, три, четыре...», ОРУ со шнурками. Работа над развитием дыхания и голоса «Фокус». Развивать выносливость, силу толчка во время прыжков, силу воли, интерес, произвольность к играм: П./И «Волк во рву», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>	<p>направления); перестроения: (построение в колонну по два и три, равнение в затылок, повороты направо, налево в прыжке). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «К самовару гости прибежали...», «Раз, два, три, четыре...», ОРУ со шнурками. Работа над развитием дыхания и голоса «Фокус». Развивать выносливость, силу толчка во время прыжков, силу воли, произвольность, интерес к играм: П./И «Горелки с платочком», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>
3 неделя	<p>Учить детей отбиванию мяча между и вокруг предметов ногой, любым удобным способом. Совершенствование навыка: (обычная, на носочках, на пятках, «гуськом», со сменой направления); бега: (врассыпную, в колонне по одному, с ускорением); перестроения: (построение в колонну по три, равнение в затылок, повороты направо, налево, в движении). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Если на улице дождик идёт», «Живым существам очень трудно без дома!», «Улыбочка», «Чашечка», «Лопаточка», ОРУ с платочками. Развивать произвольность в игре «Скучно, скучно так сидеть». Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать ловкость, выносливость, меткость, умения выполнять роль ведущего в подвижных играх П./И «Волк во рову», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>	<p>Продолжать учить детей отбиванию мяча между и вокруг предметов ногой, любым удобным способом. Совершенствование навыка: (обычная, на носочках, на пятках, «гуськом», со сменой направления); бега: (врассыпную, в колонне по одному, с ускорением); перестроения: (построение в колонну по три, равнение в затылок, повороты направо, налево, в движении). Развивать общую, мелкую и артикуляционную мотор «Если на улице дождик идёт», «Живым существам очень трудно без дома!», «Улыбочка», «Чашечка», «Лопаточка», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать произвольность в игре «Скучно, скучно так сидеть». Развивать ловкость, выносливость, меткость, умения выполнять роль ведущего в подвижных играх П./И «Волк во ров», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам под музыкальное сопровождение.</p>
4 неделя	<p>Учить детей передавать мяч ногой друг другу расстояние 3-5 метров. Совершенствовать навык подтягивания на гимнастической скамейке, навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с перекатом с пятки на носок, с</p>	<p>Продолжать учить детей передавать мяч ногой друг другу расстояние 3-5 метров. Совершенствовать навык подтягивания на гимнастической скамейке, навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с перекатом с пятки на носок, с остановкой по сигналу; бега: (с преодолением</p>

	<p>остановкой по сигналу; бега: (с преодолением препятствий, лёгкий, с ускорением); перестроение: (в колонну по три, размыкание и смыкание, по диагонали, змейкой без ориентиров). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Котик», «Дай молочка, Буренушка», ОРУ с кубиками. Развивать произвольность в игре «Игра в мяч». Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать статическое равновесие, стоя на одной ноге, другую поджать и закрыть глаза, выносливость, быстроту, ловкость, внимание в П./И «Достань камешек», «Бой подушками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями</p>	<p>препятствий, лёгкий, с ускорением); перестроение: (в колонну по три, размыкание и смыкание, по диагонали, змейкой без ориентиров). Закрепить навык прыжков на двух ногах с зажатым мячом между ног. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Котик», «Дай молочка, Буренушка», «Почистим», «Лопаточка», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать статическое равновесие, стоя на одной ноге, другую поджать и закрыть глаза, выносливость, быстроту, ловкость, внимание в П./И «Достань камешек», «Бой подушками». Развивать произвольность в игре «Смехунчик». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями, чувство согласованности движения и музыки.</p>
--	---	---

Май старшая группа

<p>1 неделя</p>	<p>Учить детей ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейке. Закрепить навык передавать мяч ногой друг другу расстояние 3-5 метров, подлазанье под гимнастическую скамейку. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с изменением темпа, направления, спиной вперёд, в колонну по два, три); бега: (лёгкий, стремительный, на месте фиксируя внимание на правильность отмашки рук); перестроения: (в колонну по два, три, равнение в шеренге, размыкание и смыкание в шеренге). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Нет на свете Родины красивей ...», «Раз, два - Москва», «Поцелуй», «Маляр», «Лопаточка», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Фыркни как лошадь». Развивать произвольность в игре «Стоп». Развивать умение владеть своим телом и сохранять группировку, правильную осанку, у детей спортивные и волевые качества в П./И «Волк во рву»,</p>	<p>Продолжать учить детей ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейке. Закрепить навык передавать мяч ногой друг другу расстояние 3-5 метров. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с изменением темпа, направления, спиной вперёд, в колонну по два, три); бега: (лёгкий, стремительный, на месте фиксируя внимание на правильность отмашки рук); перестроения: (в колонну по два, три, равнение в шеренге, размыкание и смыкание в шеренге), метания набивного мяча весом. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Нет на свете Родины красивей ...», «Раз, два - Москва», «Поцелуй», «Маляр», «Лопаточка», ОРУ с платочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Фыркни как лошадь». Развивать произвольность в игре «Стоп». Развивать умение владеть своим телом и сохранять группировку, правильную осанку, у детей спортивные и волевые качества в П./И «Волк во рву», П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.</p>
-----------------	---	--

	П./И дразнилка со словами «Дедушка Рожок». Воспитывать положительное отношение к подвижным играм, к играм-дразнилкам.	
2 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы. Закрепить лазание по «Чудо лестнице» любым удобным способом с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, «Петушиный» шаг, с изменением направления); бега: (лёгкий, стремительный, на месте, в кружении вокруг себя, спиной вперёд); перестроения: (повороты направо, на лево, кругом прыжком). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Ах ты девочка чумазая», «Все капризы у Оксанки», «Почистим зубы», «Маляр», ОРУ с гимнастическими палками. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать произвольность в игре «Стоп». Развивать находчивость, равновесие, координацию движения, выносливость в П./И «Достань камешек», «Бой подушками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями.	Учить детей играть в элементарную спортивную игру футбол. Закрепить лазание по «Чудо лестнице» любым удобным способом с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, «Петушиный» шаг, с изменением направления); бега: (лёгкий, стремительный, на месте, в кружении вокруг себя, спиной вперёд); перестроения: (повороты направо, на лево, кругом прыжком), навык прыжка ноги вместе врозь. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Ах ты девочка чумазая», «Все капризы у Оксанки», «Почистим зубы», «Маляр», ОРУ с гимнастическими палками. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать произвольность в игре «Стоп». Развивать находчивость, равновесие, координацию движения, выносливость в П./И «Достань камешек», «Бой подушками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями.
3 неделя	Продолжать обучать вращение обруча на талии. Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы. Закрепить лазание по «Чудо лестнице» любым удобным способом с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд); бега: (лёгкий, с ускорением, прыжком с целью достать предмет, «обезьяний шаг»); перестроения: (в шеренгу, равнение смирно, построение в колонну по три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Я шагаю по лужайке», «Прилетела к нам вчера полосатая пчела», «Улыбочка»,	Продолжать обучать вращение обруча на талии. Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы. Закрепить лазание по «Чудо лестнице» любым удобным способом с изменением темпа. Совершенствовать навык ходьбы: обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд; бега: лёгкий, с ускорением, прыжком с целью достать предмет, «обезьяний шаг»; перестроения: в шеренгу, равнение смирно, построение в колонну по три. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Я шагаю по лужайке», «Прилетела к нам вчера полосатая пчела», «Улыбочка», «Футбол языком», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Полёт бабочки».

	«Футбол языком», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Полёт бабочки». Развивать произвольность в игре «Расставь посты». Развивать внимание, выносливость, ловкость, смелость в П./И «Голубь», «Ловишка с ленточками». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями, чувство согласованности движения.	Развивать внимание, выносливость, ловкость, смелость в П./И «Голубь», «Ловишка с ленточками». Развивать произвольность в игре «Расставь посты». Воспитывать интерес и желание заниматься спортом и спортивными упражнениями, чувство согласованности движения под музыкальное сопровождение.
4 неделя	Учить детей вращать обруч на руке, фиксируя внимание на исходное положение и стойку. Закрепить навык подлезания под гимнастическую скамейку, прыжков на двух ногах с зажатым между ног мячом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд); бега: (лёгкий, с ускорением, прыжком с целью достать предмет, «обезьяний шаг»); перестроения: (в шеренгу, равнение смирно, построение в колонну по три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «По дороге мы идём», «Дождик», ОРУ с мешочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Дудочка». Развивать произвольность в игре «Расставь посты». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил,	Учить детей вращать обруч на руке, фиксируя внимание на исходное положение и стойку. Закрепить навык подлезания под гимнастическую скамейку, прыжков на двух ногах с зажатым между ног мячом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, спиной вперёд); бега: (лёгкий, с ускорением, прыжком с целью достать предмет, «обезьяний шаг»); перестроения: (в шеренгу, равнение смирно, построение в колонну по три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «По дороге мы идём», «Дождик», ОРУ с мешочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Дудочка». Развивать произвольность в игре «Расставь посты». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил,

**2.2.3. Календарно-тематическое планирование ОО  
в группе комбинированной направленности для детей от 6 до 7 лет.**

Сентябрь подготовительная группа

Неделя	Перспективный план работы для детей компенсирующей направленности с тяжёлыми нарушениями речи с 6 до 7 лет.	
	Задачи занятия в спортивном зале	Задачи занятия в спортивном зале

1 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом боком (правым и левым). Продолжать учить детей подлезанию под дугу разными способами (боком, задом, лицом вперёд). Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Дует, дует ветер», «Ветер по лесу летал», ОРУ с мешочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Завоем, как осенний ветер у-у-у-», «Дровосека». Развивать быстроту реакции, скорость, выносливость, ловкость в П./И «Салки ноги от земли», «Липкий пенёк» и в И.М.П. «Золотые ворота». Воспитывать интерес к занятию спортом.</p>	<p>Учит детей метать вдаль правой и левой рукой на расстоянии 6-12м. мешочков с песком или солью весом в 200гр. Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд на двух ногах, с ноги на ногу. Продолжать учить детей метать набивной мяч вдаль весом 1кг. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Ветер по лесу гуляет», «Ветер по лесу летал», ОРУ с мешочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Завоем, как осенний ветер у-у-у-», «Дровосека». Развивать выносливость в П./И «Салки ноги от земли» (на гимнастических палках), П./И «Липкие пеньки». Выбатывать умения выполнять движения с изменением темпа музыки, создавая образы знакомых героев игр.</p>
2 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом с мешочком на спине. Закрепить навык ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Совершенствовать навык ходьбы (полуприсед, приставным шагом, по гимнастической скамейке с мешочком на голове). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Листья осенние тихо кружатся», «Бублик - трубочка» ОРУ с кеглями. Работа над развитием дыхания и голоса «Аукаем АУ». Развивать прыжковую выносливость в П./И «Волк во ров», быстроту реакции, ловкость в П./И «Салки ноги от земли». Воспитывать положительное отношение к физкультурным занятиям.</p>	<p>Учить детей метанию в горизонтальную и вертикальную цель расстояние 4-5м. Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки назад на двух нога на месте. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, спиной вперёд, полный присед, на пяточках), бег (лёгкий стремительный, с поворотом вокруг себя на сигнал, со сменой направления, с изменением темпа, чередую с ходьбой). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «На берёзе на осине», «Воздушный поцелуй», ОРУ с кеглями. Работа над развитием дыхания и голоса «Аукаем АУ». Развивать внимание и умения быстро реагировать на сигнал в П./И «Волк во рве», ловкость в П./И «Салка ноги от земли». Воспитывать у детей самостоятельность в выполнении фрагментов ритмических гимнастик в соответствии с музыкой.</p>
3 неделя	<p>Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд скрестно, прыгая на двух ногах. Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на спине, вес 200гр. Развивать у детей чувство равновесия при ходьбе по гимнастические скамейки. Развивать общую,</p>	<p>Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку разными способами (руки вперёд, назад, скрестив руки) прыгая на двух ногах на месте. Закрепить навык равновесия при ходьбе по прямой дорожке с мешочком на голове расстояние 5-6м. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, приставным шагом вперёд спиной), бег (по</p>

	<p>мелкую и артикуляционную моторику «Урожай», «Почмокать губами», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Замочек», «Голос-шёпот -А-». Развивать у детей смелость, быстроту реакции и скоростные качества в П./И «Ловишка замирала», борцовские качества в и/У «Бой петухов». Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, приставным шагом вперёд спиной), бег (по диагонали, с высоким подниманием колен). Воспитывать интерес к занятию спортом.</p>	<p>диагонали, с высоким подниманием колен). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «У Лариски», «Почмокать губами», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Замочек», «Голос-шёпот -А-». Развивать скоростные качества, быстроту реакции и выдержку в П./И «Ловишка замирала». Воспитывать прыжковую выносливость на одной ноге в И/У «Бой петухов».</p>
4 неделя	<p>Учить детей борцовским качествам, умению проигрывать и выигрывать. Закрепить навык подлезания под дугу, в туннель. Развивать у детей ловкость, смекалку, выдержку при прыжках на двух ногах с зажатым между ног мячом с продвижением вперёд. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Как румянен осенний лес», «Пошлёпать губами», ОРУ со шнуром. Работа над развитием дыхания и голоса «Тише-громче –У-». Развивать координационные способности детей при ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом вперёд, приседая на каждый шаг, перенося махом через сторону прямую ногу вперёд. Учить детей расслабляться и восстанавливать дыхание после активной двигательной деятельности (игр-эстафет). Воспитание у детей интереса к играм-эстафетам, чувство взаимопомощи.</p>	<p>Продолжать учить детей борцовским качествам, умению проигрывать и выигрывать. Закрепить навык прыжков на двух ногах с зажатым мячом между ног с продвижением вперёд, подлезанию в туннель способом «обезьяний шаг» (на ладонях и ступнях), подлезание под дугой правым и левым боком. Развивать скоростную выносливость в играх-эстафетах. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Компот», «Пошлёпать губами», ОРУ со шнуром. Работа над развитием дыхания и голоса «Тише-громче –У-». Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, спиной вперёд, с поворотом вокруг себя в движении, полный присед), бег (с изменением темпа и направления, ускоренный, с остановкой по сигналу). Воспитывать чувство взаимопомощи, интерес к занятиям спортом, к движениям.</p>
Октябрь подготовительная группа		
1 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги вверх, вперёд и деля под ней хлопок руками. Учить детей рассчитывать на первый и второй, равнению в колонне. Учить детей бегать, используя всё пространство зала, не наталкиваясь друг на друга в П./И «Мы весёлые ребята». Совершенствовать навык ползания по</p>	<p>Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками, бросать его о землю и ловить его двумя руками до 15-20 раз без потери. Продолжать учить детей подпрыгиванию на месте с поворотом кругом по 30-40 прыжков, чередуя с ходьбой. Повторить 3-4 раза. Учиться детей общаться в жестово-мимической форме во время выполнения движений под музыкальное сопровождение. Развивать общую, мелкую</p>



	<p>гимнастической скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках), бег (широким шагом). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Пчелы гудят», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Полёт бабочки». Упражнять детей в расслаблении и восстановлении дыхания. Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворения от полученной двигательной нагрузки в П./И «Лягушки и цапля».</p>	<p>и артикуляционную моторику «Божья коровушка», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Полёт бабочки». Развивать прыжковую выносливость, в и.п. положение присесть в П./И «Лягушки и цапля». Воспитывать умения проявлять ловкость, решительность и смелость в П./И «Мы весёлые ребята». Упражнять детей в расслаблении и восстановлении дыхания И.М.П. «Золотые ворота».</p>
2 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, с остановкой на середине и перешагивая через мяч вперёд, назад, который в руках. Совершенствовать навык прыжка с продвижением вперёд на двух ногах на расстояние 5-6 метров. Совершенствовать навыки перестроения (повороты на право, налево, равнение в шеренге), бег (змейкой, парами, широким шагом). Развивать, прыжковую выносливость в П./И «Салка на одной ноге». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Кукушка», ОРУ со скакалкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека», «Петух (ку-ка-ре-ку)». Развивать координационные способности детей во время прыжков на одной ноге. Воспитывать у детей уверенность в себе в П./И «Мы весёлые ребята».</p>	<p>Учить детей двигать в соответствии с заданным темпом, выдерживать ритм движения в сопровождении музыки при выполнении общих развивающих упражнений. Продолжать учить детей отбивать мяч, об пол чередуя правую и левую руку на месте. Совершенствовать навык ходьбы на носочках, на пятках, спиной вперёд; бег лёгкий, ускоренный под музыкальное сопровождение. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Это птичка - соловей», ОРУ со скакалкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать быстроту, ловкость в П./И «Салка на одной ноге», П./И «Мы весёлые ребята». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>
3 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, с остановкой и приседанием на середине, разворотом кругом. Продолжать учить детей перепрыгивать верёвку правым и левым боком высота 40 см. Совершенствовать навык ходьбы (крестным шагом, гуськом, «обезьяним шагом»). Бег (враспынную, сильно сгибая ноги назад). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «По ягоды», «Вкусное варенье», ОРУ с городками. Работа над развитием дыхания и</p>	<p>Учить детей перебрасывать мяч друг другу и ловить его после отскока двумя руками от груди. Продолжать учить детей перепрыгивать верёвку высотой 50 см. правым и левым боком. Совершенствовать бег, враспынную чередуя с ходьбой в колонне. Учить детей сочетать двигательные навыки с характером музыки. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Опята», «Почистим зубы», ОРУ с городками. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем квадрат отрывисто», «На турнике (вдох-выдох ФФФ)». Развивать чувство</p>

	голоса «Рисуем круг плавно», «Петух (ку-ка-ре-ку)». Развивать внимание и быстроту реакции в П./И «Вороны и воробьи». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в И.М.П. «Гостья».	ритма в ритмической композиции «Мы едем, едем, едем ...». Воспитывать настойчивость в П./И «Вороны и воробьи».
4 неделя	Учить детей бросать мяч о землю и ловить его после трёх хлопков в ладоши. Совершенствовать навык ходьбы по узкой стороне гимнастической скамейке, продвигаясь вперёд спокойным шагом, подлезание под гимнастическую скамейку способом «по-пластунски». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Кошка», «Трубочка - улыбочка», ОРУ с большим мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать борцовские качества, умение проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет. Развивать умения манипулировать с мячом во время игр-эстафет. Воспитывать дружеские чувства, взаимовыручку, взаимную поддержку в играх, эстафетах.	Продолжать учить детей бросанию мяча о пол и ловля его после трёх хлопков в ладоши. Закрепить навык прыжков на двух ногах с продвижением вперёд с зажатым мячом между ног. Совершенствовать эстафетный бег с мячом в руках. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Идёт коза рогатая», «Лошадка», ОРУ с большим мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Аукаем АУ». Развивать скоростные способности в играх-эстафетах с мячом. Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.

Ноябрь подготовительная группа

1 неделя	Учить детей перебрасывать мяч друг другу снизу через волейбольную сетку расстояние 3-4 метра. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Есть у нас игра такая...», «Имитация жевания», ОРУ со спотроллерами. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать координационные способности во время ходьбы по узкой стороне гимнастической скамейке приставным шагом правым и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, по диагонали, змейкой с препятствиями, спиной вперёд), бега (с преодолением препятствий, спиной вперёд), перестроения (повороты на месте кругом, перестроение в колонне по три). Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной	Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу снизу расстояние 3-4 метра. Учить детей перепрыгивать верёвку с набивным мячом в руках вес 1 кг. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, по диагонали, змейкой с препятствиями, спиной вперёд), бега (с преодолением препятствий, спиной вперёд), перестроения (повороты на месте кругом, перестроение в колонне по три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Ёжик», «Иголочка», ОРУ со спорт роллерами. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать чувство ритма при выполнении общеразвивающих упражнений. Развивать у детей умения увёртываться от «волков» в П./И «Волк во ров». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки в П./И «Салки ноги от земли», в И.М.П. «Гостья».
----------	--	--

	нагрузки в П./И «Волк во рве», П./И «Салки ноги от земли», в И.М.П. «Гостья».	
2 неделя	Продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу из-за головы через волейбольную сетку расстояние 3-4метра. Совершенствовать навык лазания по гимнастической скамейке упражнение «гусь». Совершенствовать навык ходьбы (с ритмичными хлопками под прямой ногой, «обезьяний» шаг, с высоким подниманием колен, приставным шагом правым и левым боком), бега («обезьяний» галоп, боковой галоп правым и левым боком), перестроение (в колонне по четыре, смыкаться и размыкаться в стороны). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Я умею обуваться», «Имитация жевания», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Дудочка». Развивать координационные способности детей. Воспитывать честность в П./И «Липкие пеньки», П./И «Чу-чу место себе ищущу», в И.М.П. «Запретное движение».	Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу из-за головы 3-4 метра. Совершенствовать навык ходьбы (с ритмичными хлопками под прямой ногой, «обезьяний» шаг, с высоким подниманием колен, приставным шагом правым и левым боком), бега («обезьяний» галоп, боковой галоп правым и левым боком), перестроение (в колонне по четыре, смыкаться и размыкаться в стороны). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Новые кроссовки», «Иголочка», ОРУ с обручами. Работа над развитием дыхания и голоса «Фырканье». Развивать прыжковую выносливость, перепрыгивая линию вперёд, назад на одной ноге. Воспитывать положительное отношение к выполнению движений под музыкальное сопровождение, честность в П./И «Липкие пеньки», П./И «Чу-чу место себе ищущу», в И.М.П. «Запретное движение».
3 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы разной высоты 10см.,20см.,30см. Продолжать учить детей отбиванию мяча свободным способом после подачи через волейбольную сетку. Совершенствовать навык ходьбы (широким и мелким шагом, упражнение «цапля»), бега (широким и мелким шагом, захлёстывая голень назад), перестроение (самостоятельное в колонне по одному). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Рано утром на поляне», «Лопаточка», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня», «Голос-шёпот (ААА)». Развивать глазомер, силу, внимание во время	Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу снизу и из-за головы расстояние 3-4метра. Закрепить навык перепрыгивания через 6-8 набивных мячей весом 1кг. Совершенствовать навык ходьбы (широким и мелким шагом, упражнение «цапля»), бега (широким и мелким шагом, захлёстывая голень назад), перестроение (самостоятельное в колонне по одному). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Снежок», «Иголочка», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем треугольник на выдохе плавно», «Чистый воздух». Развивать скоростные качества, быстроту реакции и выдержку в П./И «Охотники, и звери», П./И «Липкие пеньки», в И.М.П. «Гостья». Воспитывать интерес к занятиям спортом.

	выполнения основных видов движений. Развивать выразительность движений в П./И «Охотники, и звери», П./И «Липкие пеньки», в И.М.П. «Гостья». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.	
4 неделя	Продолжать учить детей проползать под несколькими спортивными пособиями подряд высота 35см., 40см., 45см., 50см. Закрепить навык ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с приседанием. Совершенствовать навык ходьбы (по гимнастическим палкам, с перекатом с пятки на носок), бега (с предметом в руках чередуя с ходьбой, с остановкой по сигналу), перестроения повороты направо и налево, в колонне по четыре). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Снежок порхает, кружится», «Лопаточка», ОРУ с воланом. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня», «Насос (с-с-с)». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет. Познакомить детей с элементарными правилами игры в спортивную игру волейбол. Воспитывать дружеские чувства, взаимовыручку, взаимную поддержку во время проведения игр-эстафет, спортивной игры волейбол.	Закрепить навык проползать под несколькими спортивными пособиями подряд высота 35см., 40см., 45см., 50см. Совершенствовать навык ходьбы (по гимнастическим палкам, с перекатом с пятки на носок), бега (с предметом в руках чередуя с ходьбой, с остановкой по сигналу), перестроения повороты на право и на лево, в колонне по четыре). Совершенствовать навык передачи мяча друг другу с низу с продвижение вперед. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «птички полетели», «Иголочка», «Параход гудит», ОРУ с воланом. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем треугольник на выдохе отрывисто», «Насос (с-с-с)». Развивать прыжковую выносливость, прыгая на одной ноге вправо и влево, прыжков в мешке, с кочки на кочку. Развивать скоростные способности детей в играх-эстафетах. Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определенных в играх-эстафетах.

Декабрь подготовительная группа

1 неделя	Учить детей спрыгивать с гимнастической скамейки и мягко приземляться на полусогнутые ноги. Закреплять навык лазанья по гимнастической скамейке на четвереньках. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой), бега (лёгкий, с изменением направления, по диагонали, змейкой), перестроение (размыкание и смыкание приставным шагом). Развивать ловкость, смелость, выносливость в П./И «Два	Учить детей подбрасывать и ловить теннисный мяч одной рукой (левой и правой). Учить удерживать теннисный мяч на теннисной ракетке. Продолжать учить детей челночному бегу (5/10). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Стул», «Чистим нижние зубки», ОРУ с большим мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Зайцы в магазин ходили». Развивать прыжковую выносливость во время прыжков вверх из глубокого приседа. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен,
----------	---	---

	<p>Мороза». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Большая жёлтая луна», «Чистим верхние зубки» ОРУ большим мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «ЭЭЭ». Развивать выдержку, внимание в И.М.П. «Найди и промолчи». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>	<p>змейкой), бега (лёгкий, с изменением направления, по диагонали, змейкой), перестроение (размыкание и смыкание приставным шагом) под музыкальное сопровождение. Воспитывать умения строго соблюдать правила в П./И «Два Мороза», в И.М.П. «Найди и промолчи».</p>
2 неделя	<p>Учить детей перестраиваться из одного круга в два и наоборот. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок, полу присед, «гуськом»). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Чайник», «Маляр», ОРУ с мешочком. Работа над развитием дыхания и голоса «Пузырь». Развивать координационные способности при выполнении О.В.Д.: стоять на гимнастической скамейке на носках, на одной ноге (правой и левой). Развивать выносливость в беге в медленном темпе в течение 2-3 минут, чередуя с ходьбой. Развивать быстроту реакции в П./И «Вытащи платок». Воспитывать честность в П./И «Два Мороза». Упражнять детей в расслаблении в И./У «Барсучок».</p>	<p>Учить детей подбрасывать и ловить теннисный мяч после отскока от пола. Продолжать учить детей непрерывному бегу в течение 2-3 минут. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок, полу присед, «гуськом»). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Машина каша», «Оскал», ОРУ с мешочком. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека УФФФ». Развивать быстроту реакции в П./И «Вытащи платок». Развивать смелость и решительность в П./И «Два Мороза». Воспитывать положительное отношение к выполнению движений по музыкальное сопровождение.</p>
3 неделя	<p>Продолжать учить детей отбивать теннисный мяч ракеткой до 10 раз без потери. Продолжать учить детей подпрыгивать вверх с места, доставая предмет, высота выше поднятой руки ребёнка на 25-30см. Совершенствовать навык ходьбы (паровозиком сидя на полу, по диагонали), бега (парами, тройками), перестроение (из одного круга в два в движении). Закрепить навык лазания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках, локти подтягивать до уровня пояса. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «С Новым годом!», ОРУ с городками. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека УХХХ». Развивать скоростные качества, быстроту реакции и выдержку в П./И</p>	<p>Продолжать учить детей отбивать теннисный мяч ракеткой до 10 раз без потери. Закрепить навык перестроение из одного круга в два. в движении. На сильную долю в музыке. Совершенствовать навык ходьбы (паровозиком сидя на полу, по диагонали), бега (парами, тройкам). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Ёлка», ОРУ с городками. Работа над развитием дыхания и голоса «Насос ШШШ». Развивать скоростные качества, быстроту реакции и выдержку в П./И «Салки ноги от земли», в И.М.П. «Рак». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>

	«Салки ноги от земли», в И.М.П. «Рак». Воспитывать интерес к занятиям спортом.	
4 неделя	Продолжать учить детей лазанью по гимнастической скамейке на спине, толкаясь ногами и подтягиваясь руками. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Жираф», ОРУ со скакалкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Чистый воздух». Развивать координационные способности детей стоя на гимнастической скамейке, кружась, делая взмахи руками. Развивать скоростные способности детей в играх-эстафетах, П./И «Салки с приседанием». Совершенствовать навык ходьбы: (парами, тройками, гимнастическим шагом, полу присед), перестроение (повороты кругом, в колонну по 2,3 через середину зала). Воспитывать у детей интерес к играм, эстафетам, чувство взаимопомощи.	Учить детей перестраиваться в колонну по четыре. Продолжать учить детей отбивать теннисный мяч ракеткой до 20 раз без потери. Развивать прыжковую выносливость, прыгая на одной ноге по очереди (левая, правая) продвигаясь вперёд 4-5 метров под музыкальное сопровождение. Совершенствовать навык ходьбы: (парами, тройками, гимнастическим шагом, полу присед), бега (обычный, лёгкий, наперегонки), перестроение (повороты кругом, в колонну по 2,3 через середину зала). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Где обедал воробей», ОРУ со скакалкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека УФФФ, УХХХ». Развивать борцовские качества, умение проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет. Развивать скоростные качества в П./И «Салки с приседанием». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.

Январь подготовительная группа

3 неделя	Обучить детей расчёту на первый и второй, перестроение из одной шеренги в две. Учить детей делать точный бросок мяча в баскетбольную корзину способом двумя руками из-за головы. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой, полу присед, полный присед, с остановкой по сигналу, парами), бега (лёгкий, с изменением направления, по диагонали, змейкой, через препятствие с низкого старта), перестроение (размыкание и смыкание приставным шагом). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Брату впору башмаки», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса «Вырасти большой (руки вверх-вниз УХХХ)». Развивать глазомер, внимание, выдержку в	Продолжать обучать детей расчёту на первый и второй, перестроение из одной шеренги в две. Обучать детей кружение с закрытыми глазами, с остановкой и выполнением различных фигур. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Моя семья», «Плотник», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса «Шум леса ШШШ». Развивать прыжковую выносливость, перепрыгивая через 6-8 мячей, глазомер, внимание, выдержку в И.М.П. «Пограничник», силу рук в П./И «Футбол раков». Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой, полу присед, полный присед, с остановкой по сигналу, парами), бега (лёгкий, с изменением направления, по диагонали, змейкой, через препятствие с низкого старта), перестроение (размыкание и смыкание приставным шагом). Воспитывать интерес к занятиям спортом, положительное
----------	---	---

	И.М.П. «Пограничник», силу рук в П./И «Футбол раков». Воспитывать интерес к занятиям спортом.	отношение к выполнению движений по музыкальное сопровождение.
4 неделя	Обучить детей элементарным правилам в спортивную игру баскетбол. Продолжать обучать детей кружению с закрытыми глазами, с остановкой и выполнением различных фигур. Закрепить навык лазания по верёвочной лестнице «Чудо лестнице» любым удобным способом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, спортивная, с различными притопами и прихлопами, врассыпную, тройками); бега: (лёгкий, стремительный, с высокого старта). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Грабли», «Рыбка», ОРУ с кеглями. Работа над развитием дыхания и голоса «Шар сдувается ССС». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков», в И.М.П. «Пограничник». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.	Продолжать обучать детей кружению с закрытыми глазами, с остановкой и выполнением различных фигур. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, спортивная, с различными притопами и прихлопами, врассыпную, тройками); бега: (лёгкий, стремительный, с высокого старта). Закрепить навык прыжков на одной ноге 5-6 метров чередуя с ходьбой. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Акула», ОРУ с кеглями. Работа над развитием дыхания и голоса «Партизаны (2 шага вдох, 6-8 выдох ти-ш-ш-ше». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков», в И.М.П. «Пограничник». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.

Февраль подготовительная группа

1 неделя	Учить детей лазанию по шведской стенке используя перекрёстное движение рук и ног, бегу по наклонной доске. Развивать прыжковую выносливость, прыгая на мячах прыгунах, силу рук, сдержанность, внимание в П./И «Два мороза», в И.М.П. «Пограничник». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «На горах высоких», ОРУ с малым мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Ку-ка-ре-ку». Развивать у детей чувство равновесия во время ходьбы по гимнастической скамейке. Совершенствовать навык ползания на четвереньках по гимнастической скамейке. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, с ритмичными хлопками вверху и под ногами, спиной вперёд);	Учить детей бросать мяч малого размера в верх и ловить его одной рукой без потери до 10 раз. Учить детей прыгать через обруч вращая его двумя руками вперёд и перепрыгивая через него поочередно сгибая ноги. Продолжать развивать прыжковую выносливость, прыгая на мячах прыгунах, силу рук, сдержанность, внимание в П./И «Два мороза», в И.М.П. «Пограничник». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, с ритмичными хлопками вверху и под ногами, спиной вперёд); навык бега: (обычный, лёгкий, чередуя с ходьбой, спиной вперёд, с за хлестом голени назад). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Лошадка», ОРУ с малым мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворения от полученной двигательной
----------	---	---

	<p>навык бега: (обычный, лёгкий, чередуя с ходьбой, спиной вперёд, с за хлестом голени назад). Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворения от полученной двигательной нагрузки.</p>	<p>нагрузки под музыкальное сопровождение.</p>
2 неделя	<p>Учить детей лазанию по шведской стенке используя одноимённое движение рук и ног, навыку ходьбы по гимнастической скамейке навстречу друг другу на середине делая поворот вокруг себя и разойтись в разные стороны. Закрепить навык прыжка, на батуте выполняя упражнение «Кузнечик». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, по диагонали, змейкой, на четвереньках, упражнение «цапля»); навыка бега: (лёгкий, стремительный, по диагонали, змейкой, с ускорением); навык перестроения: (в колонну по три, четыре). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Наши алые цветы», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Насос ССС». Развивать координационные способности детей, внимание, быстроту реакции в П./И «Футбол раков», в И.М.П. «Зоркий глаз». Упражнять детей в расслаблении и восстановлении дыхания. Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>	<p>Продолжать учить детей передачи мяча друг другу двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Продолжать закреплять навык прыжка, на батуте выполняя упражнение «Кузнечик». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, по диагонали, змейкой, на четвереньках, упражнение «цапля»); навыка бега: (лёгкий, стремительный, по диагонали, змейкой, с ускорением); навык перестроения: (в колонну по три, четыре). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Братцы, братцы, где вы были?», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Насос ШШШ». Развивать координационные способности детей, внимание, быстроту реакции в П./И «Футбол раков», в И.М.П. «Зоркий глаз». Упражнять детей в расслаблении и восстановлении дыхания. Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями под музыкальное сопровождение.</p>
3 неделя	<p>Обучить детей некоторым элементам аэробики: (стойка на лопатках упражнение «берёзка», упражнение «корзиночка»). Закрепить навык прыжков на батуте упражнение «Кенгуру», «Кто выше». Совершенствовать навык ходьбы: (на носках, на пятках руки в замок за голову, локти в стороны, «обезьяний шаг»); навык бега: (лёгкий, «обезьяний», боковой галоп правым и левым боком); навык перестроения: (из одного круга в два в движении). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Шофёр», ОРУ с теннисным</p>	<p>Продолжать обучать детей некоторым элементам аэробики: (стойка на лопатках упражнение «берёзка», упражнение «корзиночка»). Продолжать закреплять навык прыжков на батуте упражнение «Кенгуру», «Кто выше». Совершенствовать навык ходьбы: (на носках, на пятках руки в замок за голову, локти в стороны, «обезьяний шаг»); навык бега: (лёгкий, «обезьяний», боковой галоп правым и левым боком); навык перестроения: (из одного круга в два в движении) под музыкальное сопровождение. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Шла по улице машина», ОРУ с</p>



	мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека». Развивать глазомер, силу, внимание, во время выполнения основных видов движения и в П./И «Перестрелка», в И.М.П. «Найди и промолчи». Воспитывать интерес к занятиям спортом.	теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать глазомер, силу, внимание, во время выполнения основных видов движения и в П./И «Перестрелка», в И.М.П. «Найди и промолчи». Воспитывать интерес к занятиям спортом.
4 неделя	Продолжать учить детей навыку лазания по гимнастической стенке с пролёта на пролёт по диагонали, навыку челночного бега 5x10м. Совершенствовать навык прыжков на хопках разного размера на скорость, фиксировать внимание на передачу мяча. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках руки вверх, локти прямые, змейкой, по диагонали); навык бега: (лёгкий, с выносом прямых ног вперёд); навык перестроения: (в колонну по два). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Я весёлый майский жук», ОРУ с городками. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать скоростные способности в играх-эстафетах с мячом, в П./И «Волк – калека и баран», в П./И «Перестрелка». Учить детей расслабляться и восстанавливать дыхание после активной двигательной деятельности (игр-эстафет). Воспитание у детей интереса к играм-эстафетам, чувство взаимопомощи.	Продолжать учить детей борцовским качествам, умению проигрывать и выигрывать. Совершенствовать навык прыжков на хопках разного размера на скорость, фиксировать внимание на передачу мяча. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках руки вверх, локти прямые, змейкой, по диагонали); навык бега: (лёгкий, с выносом прямых ног вперёд); навык перестроения: (в колонну по два). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Жук», ОРУ с городками. Работа над развитием дыхания и голоса «Подуй на теннисный мяч». Развивать скоростные способности в играх-эстафетах с мячом, в П./И «Перестрелка». Учить детей расслабляться и восстанавливать дыхание после активной двигательной деятельности (игр-эстафет) под музыкальное сопровождение. Воспитание у детей интереса к играм-эстафетам, чувство взаимопомощи.

Март подготовительная группа

1 неделя	Продолжать учить детей навыку бега по гимнастической скамейке с остановкой по сигналу и с дальнейшим продвижением. Закрепить навык метания в горизонтальную цель малым набивным мячом. И/У «Попади в обруч». Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, приставным шагом вперёд, назад, полу присед, спиной вперёд); навыка бега: (в сочетании с другими движениями прыжками, с остановкой, с приседанием после остановки); навыка перестроения: (парами, в колонну по два, расчёт на первый и второй, перестроение в одну и две шеренги). Развивать	Продолжать учить детей пролезанию в обруч любым удобным способом. Совершенствовать навык прыжков на двух ногах с продвижением вперёд на расстоянии 5-6 метров. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, приставным шагом вперёд, назад, полу присед, спиной вперёд); навыка бега: (в сочетании с другими движениями прыжками, с остановкой, с приседанием после остановки); навыка перестроения: (парами, в колонну по два, расчёт на первый и второй, перестроение в одну и две шеренги). Развивать
----------	--	--

	<p>остановки); навыка перестроения: (парами, в колонну по два, расчёт на первый и второй, перестроение в одну и две шеренги). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Весна, весна красна», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Пароход гудит ЫЫЫ». Развивать внимание, быстроту реакции, равновесие, скоростные качества в П./И «Салки с приседанием», и в П./И «Бой подушками». Воспитывать умение проигрывать и выигрывать, интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>	<p>общую, мелкую и артикуляционную моторику «Живая цепочка», ОРУ на гимнастической скамейке. Работа над развитием дыхания и голоса «Пароход гудит тихо-громко ЫЫЫ». Развивать внимание, быстроту реакции, равновесие, скоростные качества в П./И «Салки с приседанием», и в П./И «Бой петухов в кругу». Воспитывать умение проигрывать и выигрывать, интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>
2 неделя	<p>Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку, сложенную в двое и вращающееся под ногами. Закрепить навык вращения обруча на талии, фиксировать внимание на исходное положение рук и ног. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, крестным шагом, с перекатом с пятки на носок, с ритмичным притопыванием, прихлопыванием); бега: (на носочках, по сигналу прыжок вверх и с поворотом кругом); перестроения: (повороты на право, на лево). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Чей сегодня день рождения?», ОРУ с кеглями. Работа над развитием дыхания и голоса «Зайцы в магазин ходили». Развивать внимание и умения быстро реагировать на сигнал в П./И «Птицы в гнезде» и И.М.П. «Рак». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки.</p>	<p>Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку, сложенную в двое и вращающееся под ногами. Закрепить навык пролезания в обруч правым и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, крестным шагом, с перекатом с пятки на носок, с ритмичным притопыванием, прихлопыванием); бега: (на носочках, по сигналу прыжок вверх и с поворотом кругом); перестроения: (повороты на право, на лево). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Помощники», ОРУ с набивным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать внимание и умения быстро реагировать на сигнал в П./И «Птицы в гнезде» и И.М.П. «Рак». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки посредством музыкального сопровождения.</p>
3 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке на носочках перекладывая предмет из руки в руку над головой. Учить детей делать правильный поворот вокруг себя в колонне (повороты кругом). Совершенствовать навык лазанья по «чудо лестнице» любым удобным способом.</p>	<p>Продолжать учить детей делать правильный поворот вокруг себя в колонне (повороты кругом). Учить детей под музыку расслаблять мышечную систему, сохраняя эмоциональное настроение. Совершенствовать навык метания в горизонтальную и вертикальную цель. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на</p>

	<p>Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шаг с припаданием, с высоким подниманием колен, ходьба с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, боковой галоп правым и левым боком, по диагонали). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Ласточка», ОРУ с воланом. Работа над развитием дыхания и голоса «Петух». Развивать гибкость, умение владеть своим телом, находчивость, вестибулярный аппарат в П./И «Ловишки замиралки», И.М.П. «Сделайте, пожалуйста». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>	<p>пятках, шаг с припаданием, с высоким подниманием колен, ходьба с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, боковой галоп правым и левым боком, по диагонали). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Сколько птиц к кормушке нашей...», ОРУ с бадминтонной ракеткой. Работа над развитием дыхания и голоса «Петух». Развивать прыжковую выносливость во время прыжков на одной ноге в паре. Развивать гибкость, умение владеть своим телом, находчивость, вестибулярный аппарат в П./И «Ловишки замиралки», И.М.П. «Сделайте, пожалуйста». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>
4 неделя	<p>Учить детей проявлять смелость, смекалку, находчивость, быстроту реакции и умение использовать в движениях все физические качества, необходимые для проведения игр-эстафет. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, спиной вперёд, с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, на носках, с ускорением, стремительный, спиной вперёд). Развивать борцовские качества, умение проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет и П./И «Липкие пеньки». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Что сделать, чтоб вырос красивый цветок?», ОРУ с мешочком. Работа над развитием дыхания и голоса «Пароход гудит ЫЫЫ». Развивать умения манипулировать различным спортивным инвентарем во время игр-эстафет. Воспитывать дружеские чувства, взаимовыручку, взаимную поддержку в играх, эстафетах.</p>	<p>Продолжать учить детей проявлять смелость, смекалку, находчивость, быстроту реакции и умение использовать в движениях все физические качества, необходимые для проведения игр-эстафет. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, спиной вперёд, с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, на носках, с ускорением, стремительный, спиной вперёд). Совершенствовать навык прыжков на хоппах разного размера. Закрепить навык вращения обруча на талии. Развивать борцовские качества, умение проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет и П./И «Липкие пеньки». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «После зимней спячки», ОРУ теннисной ракеткой. Работа над развитием дыхания и голоса «Пароход гудит ЫЫЫ». Развивать умения манипулировать различным спортивным инвентарем во время игр-эстафет. Воспитывать дружеские чувства, взаимовыручку, взаимную поддержку в играх, эстафетах под музыкальное сопровождение.</p>
Апрель подготовительная группа		
1 неделя	<p>Учить детей передачи мяча друг другу носком правой и левой ноги, влезать на канат, делая захват каната ступнями ног и вися в положении стоя, фиксируя конец каната. Закрепить навык лёгкого бега, по гимнастической скамейке собирая</p>	<p>Продолжать учить детей передачи мяча друг другу носком правой и левой ноги. Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловля его после поворота вокруг себя. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шаг с припаданием, переменный шаг, с высоким</p>

	<p>мелкие предметы. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шаг с припаданием, переменный шаг, с высоким подниманием колен прижимая их руками к груди, шаг «обезьяны»); бега: (парами, тройками, лёгкий, спиной вперёд); перестроения: (повороты направо, на лево в колонне по три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Фиалка», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса «Укачивание А-А-А». Развивать внимание, быстроту реакции, силу рук в П./И «Медведи и пчёлы», «Охотники и звери». Воспитывать настойчивость и выдержку в И.М.П. «Горелки» (р.н.и.).</p>	<p>подниманием колен прижимая их руками к груди, шаг «обезьяны»); бега: (парами, тройками, лёгкий, спиной вперёд); перестроения: (повороты направо, на лево в колонне по три). Развивать прыжковую выносливость, перепрыгивая через 5-6 предметов подряд, фиксируя внимание на исходное положение ног и рук. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Маляры», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса «Укачивание О-О-О». Развивать внимание, быстроту реакции, силу рук в П./И «Медведи и пчёлы», «Охотники и звери». Воспитывать настойчивость и выдержку в И.М.П. «Горелки» (р.н.и.) под музыкальное сопровождение.</p>
2 неделя	<p>Учить детей влезать на канат на доступную высоту, фиксируя конец каната в неподвижном состоянии. Учить детей качественно владеть мячом, передавая, его друг другу носком правой и левой ноги. Совершенствовать навык спрыгивания с гимнастической скамейки, фиксируя мягкое приземление на полусогнутые ноги. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с мешочком на голове, с высоким подниманием колен); бега (наперегонки, выбрасывая прямые ноги вперёд, спиной вперёд); перестроение (повороты направо, на лево в шеренге). Развивать умения переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной, быстроту, силу, в П./И «Перелёт птиц», «Охотники и звери». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Поезжай за моря-океаны», ОРУ с малым мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека». Воспитывать красоту и грациозность движений в И.М.П. «Море волнуется».</p>	<p>Продолжать учить детей качественно владеть мячом, передавая, его друг другу носком правой и левой ноги. Закрепить навык подбрасывания мяч вверх и ловля его после поворота вокруг себя. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с мешочком на голове, с высоким подниманием колен); бега (наперегонки, выбрасывая прямые ноги вперёд, спиной вперёд); перестроение (повороты направо, на лево в шеренге). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Небо синее в России», ОРУ с малым мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека». Развивать умения переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной, быстроту, силу, в П./И «Перелёт птиц», «Охотники и звери». Воспитывать красоту и грациозность движений в И.М.П. «Море волнуется».</p>
3 неделя	<p>Обучить детей перебрасывание малого мяча из правой руки, в левую руку без потери. Учить детей расчёту на 1- 2,1 - 2 - 3, и перестроение из одной шеренги в 2,3. Совершенствовать</p>	<p>Продолжать обучать детей перебрасывание малого мяча из правой руки в левую без потери. Продолжать учить детей расчёту на 1- 2,1 - 2 - 3, и перестроение из одной шеренги в 2,3. Совершенствовать навык ходьбы:</p>

	<p>навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, по гимнастической скамейке на четвереньках, из обруча в обруч); бега: (лёгкий, стремительный, с поворотом через левое и правое плечо). Совершенствование навыка ползания по гимнастической скамейке на четвереньках. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Снега прошли не малые», ОРУ с набивным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Чистый воздух». Развивать выносливость, внимание, быстроту реакции в П./И «Пятнашки с мячом», П./И «Перелёт птиц». Упражнять детей в умение расслабляться после смены деятельности с помощью И.М.П. «Барсучок». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки.</p>	<p>(обычная, на носочках, на пятках, по гимнастической скамейке на четвереньках, из обруча в обруч); бега: (лёгкий, стремительный, с поворотом через левое и правое плечо). Закрепить навык прыжков на хоппах с продвижением вперёд на 10-15 метров. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Маляры», ОРУ с набивным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать координационные способности, стоя на одной ноге и закрыв глаза по сигналу. Развивать выносливость, внимание, быстроту реакции в П./И «Пятнашки с мячом», П./И «Перелёт птиц». Упражнять детей в умение расслабляться после смены деятельности с помощью И.М.П. «Барсучок». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки.</p>
4 неделя	<p>Обучить детей элементарным правилам спортивной игры футбол, фиксируя внимание на взаимодействие в команде. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с мешочком на голове, крестным шагом, спиной вперёд); бега: (в парах на перегонки, на скорость с допрыгиванием до предмета подвешенный выше вытянутой руки ребёнка); перестроение: (в колонне по два, три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Маляры», ОРУ со скакалкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Укачивание О-О-О». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.</p>	<p>Продолжать учить детей элементам спортивной игры футбол, фиксируя внимание на удары ногами разными способами. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с мешочком на голове, крестным шагом, спиной вперёд); бега: (в парах на перегонки, на скорость с допрыгиванием до предмета подвешенный выше вытянутой руки ребёнка); перестроение: (в колонне по два, три). Развивать прыжковую выносливость в прыжках на двух ногах с зажатым мячом между ног. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Есть у Егора чудесные вещи», ОРУ со скакалкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Укачивание А-А-А». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.</p>
Май подготовительная группа		
1 неделя	<p>Обучить детей метанию в движущуюся цель, фиксируя внимание на прицел. Познакомить детей с легкоатлетическим</p>	<p>Научить детей прыгать в длину с разбега 180 – 190 см. Продолжать закреплять навык расчёта на 1-2-3 и перестроения из одной шеренги в</p>

	<p>снарядом кольца, выполнять элементарные упражнения на них, вис на прямых руках. Продолжать учить детей лазанью по канату, фиксируя внимание на правильный захват руками и ногами каната. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носочках, приставным шагом спиной вперёд, со сменой направления по сигналу); бега: (боковой галоп левым боком и правым боком, ногами вперёд, со средней скоростью 80-120 метров 2-4 раза в чередовании с ходьбой). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Я давно весну ждала...», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем на выдохе круг плавно». Развивать беговую выносливость, меткость, силу, ловкость, слаженность в движениях в Р.Н.И. «Заря - заряница». Воспитывать красоту и грациозность движений в И.М.П. «Море волнуется».</p>	<p>три и обратно. Закрепит навык расчёта на 1-2-3 и перестроению из одной шеренги в две и три шеренги. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носочках, приставным шагом спиной вперёд, со сменой направления по сигналу); бега: (боковой галоп левым боком и правым боком, ногами вперёд, со средней скоростью 80-120 метров 2-4 раза в чередовании с ходьбой). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Весна-красна-...», ОРУ у шведской стенки. Работа над развитием дыхания и голоса «Укачивание М-М-М». Развивать беговую выносливость, меткость, силу, ловкость, слаженность в движениях в Р.Н.И. «Заря - заряница». Воспитывать красоту и грациозность движений в И.М.П. «Море волнуется».</p>
2 неделя	<p>Учить детей свободно балансировать на набивном мяче весом 3 кг. Продолжать учить детей ведению мяча в разных направлениях с разной скоростью по сигналу. Закрепит навык лазанью по верёвочной лестнице разноимённым способом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, крестным шагом, с остановкой по сигналу, полу присед); бега: (лёгкий, змейкой, крестным шагом, с остановкой по сигналу, с за хлестом ног назад); перестроения: (из одного круга в два и три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Эй, ребята, что вы спите», «Дружба», ОРУ с галстуками. Работа над развитием дыхания и голоса «Петух». Развивать выносливость, координационные способности, силу ловкость в П./И «Корзинка», «Олени». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки и переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной, посредством И.М.П.</p>	<p>Учить детей прыжкам на тренажере «кузнечик», фиксируя внимание на высоту прыжка. Продолжать учить детей свободно балансировать на набивном мяче весом 3 кг, ведению мяча в разных направлениях с разной скоростью по сигналу. Совершенствовать навык метания набивного мяча весом 1 кг. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, крестным шагом, с остановкой по сигналу, полу присед); бега: (лёгкий, змейкой, крестным шагом, с остановкой по сигналу, с за хлестом ног назад); перестроения: (из одного круга в два и три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Два щенка, щека, к щеке...», «Пять телят», ОРУ с мешочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать выносливость, координационные способности, силу ловкость в П./И «Корзинка», «Олени». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки и переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной посредством И.М.П. «День и ночь» посредством музыкального сопровождения.</p>

	«День и ночь».	
3 неделя	Продолжать знакомить детей с легкоатлетическим снарядом кольца, выполнять элементарные упражнения на них, вис на кольцах поднимать прямых ног под углом 90 градусов. Закрепить навык лазанья по «чудо лестнице» любым удобным способом. Совершенствовать навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шеренгой с одной стороны зала на другую, с поворотом вокруг себя и обратно); бега: (лёгкий, змейкой, крестным шагом, с остановкой по сигналу, с захлестом ног назад); перестроение: (расчёт на 1-2-3 и перестроение из одной шеренги в 3). Развивать беговую выносливость в беге в быстром темпе 10 м. 3-4 раза с преодолением препятствий, перепрыгивая через барьеры. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «День стоял весёлый», ОРУ с теннисной ракеткой. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем на выдохе квадрат отрывисто». Развивать честность, быстроту реакции, ловкость, внимание в П./И «Салки - замиралки», «Дед Мазай». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки.	Закрепить навык метания в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4-5 метров. Совершенствовать навык прыгивания с предмета высотой 40 см. Совершенствовать навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шеренгой с одной стороны зала на другую, с поворотом вокруг себя и обратно); бега: (лёгкий, змейкой, крестным шагом, с остановкой по сигналу, с захлестом ног назад); перестроение: (расчёт на 1-2-3 и перестроение из одной шеренги в 3). Развивать беговую выносливость в беге в быстром темпе 10 м. 3-4 раза с преодолением препятствий, перепрыгивая через барьеры. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Мы писали, мы писали...», ОРУ с теннисной ракеткой. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем на выдохе квадрат плавно». Развивать честность, быстроту реакции, ловкость, внимание в П./И «Салки - замиралки», «Дед Мазай». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки посредством музыкального сопровождения.
4 неделя	Продолжать учить детей балансировать на большом набивном мяче весом 3 кг. Развивать прыжковую выносливость в длину с места расстояние не менее 100см., беговую в беге на скорость 30 м. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, змейкой, по диагонали, с наклоном вправо, влево, с остановкой по сигналу); бега: (на скорость 30 метров). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Возле реки...», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Песенка Солнечный круг со звуком ААА». Развивать согласованность движений в парах в	Совершенствовать навык детей балансировать на большом набивном мяче весом 3 кг, метания вдаль на расстоянии не менее 6-12 метров. Развивать прыжковую выносливость в длину с места расстояние не менее 100см., беговую в беге на скорость 30 м. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, змейкой, по диагонали, с наклоном вправо, влево, с остановкой по сигналу); бега: (на скорость 30 метров). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «На ромашки – две букашки», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать согласованность движений в парах в П./И «Корзинка», «Выбивала», «Штандер,

	П./И «Корзинка», «Выбивала», «Штандер, штандер». Воспитывать интерес к занятиям спортом.	штандер». Воспитывать интерес к занятиям спортом, положительное отношение к выполнению движений по музыкальное сопровождение.
--	--	---

**2.2.4. Календарно-тематическое планирование ОО  
в группе компенсирующей направленности для детей от 6 до 7 лет с ЗПР**

Сентябрь подготовительная группа

Неделя	Перспективный план работы для детей компенсирующей направленности с задержкой психического развития с 6 до 7 лет.	
	Задачи занятия в спортивном зале	Задачи занятия в спортивном зале
1 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом боком (правым и левым). Продолжать учить детей подлезанию под дугу разными способами (боком, задом, лицом вперёд). Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Дует, дует ветер», «Ветер по лесу летал», ОРУ с мешочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Завоем, как осенний ветер у-у-у-», «Дровосека». Развивать произвольность в игре «Смотри на руки». Развивать быстроту реакции, скорость, выносливость, ловкость в П./И «Салки ноги от земли», «Липкий пенёк» и в И.М.П. «Золотые ворота». Воспитывать интерес к занятию спортом.	Учит детей метать вдаль правой и левой рукой на расстоянии 6-12м. мешочков с песком или солью весом в 200гр. Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд на двух ногах, с ноги на ногу. Продолжать учить детей метать набивной мяч вдаль весом 1кг. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Ветер по лесу гуляет», «Ветер по лесу летал», ОРУ с мешочками. Работа над развитием дыхания и голоса «Завоем, как осенний ветер у-у-у-», «Дровосека». Развивать произвольность в игре «Смотри на руки». Развивать выносливость в П./И «Салки ноги от земли» (на гимнастических палках), П./И «Липкие пеньки». Вырабатывать умения выполнять движения с изменением темпа музыки, создавая образы знакомых героев игр.
2 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом с мешочком на спине. Закрепить навык ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Совершенствовать навык ходьбы (полу присед, приставным шагом, по гимнастической скамейке с мешочком на голове). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику	Учить детей метанию в горизонтальную и вертикальную цель расстояние 4-5м. Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки назад на двух нога на месте. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, спиной вперёд, полный присед, на пяточках), бег (лёгкий стремительный, с поворотом вокруг себя на сигнал, со сменой направления, с изменением темпа, чередую с



	«Листья осенние тихо кружатся», «Бублик - трубочка» ОРУ с кеглями. Работа над развитием дыхания и голоса «Аукаем АУ». Развивать произвольность в игре «Будь внимателен» (до 6 поз). Развивать прыжковую выносливость в П./И «Волк в ров», быстроту реакции, ловкость в П./И «Салки ноги от земли». Воспитывать положительное отношение к физкультурным занятиям.	ходьбой). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «На берёзе на осине», «Воздушный поцелуй», ОРУ с кеглями. Работа над развитием дыхания и голоса «Аукаем АУ». Развивать произвольность в игре «Будь внимателен» (до 6 поз). Развивать внимание и умения быстро реагировать на сигнал в П./И «Волк в рве», ловкость в П./И «Салка ноги от земли». Воспитывать у детей самостоятельность в выполнении фрагментов ритмических гимнастик в соответствии с музыкой.
3 неделя	Учить детей прыжкам через короткую скакалку способом руки вперёд скрестно, прыгая на двух ногах. Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на спине, вес 200гр. Развивать у детей чувство равновесия при ходьбе по гимнастические скамейки. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Урожай», «Почмокать губами», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Замочек», «Голос-шёпот -А-». Развивать у детей смелость, произвольность, быстроту реакции и скоростные качества в П./И «Ловишка замирала», борцовские качества в и/У «Бой петухов». Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, приставным шагом вперёд спиной), бег (по диагонали, с высоким подниманием колен). Воспитывать интерес к занятию спортом.	Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку разными способами (руки вперёд, назад, скрестив руки) прыгая на двух ногах на месте. Закрепить навык равновесия при ходьбе по прямой дорожке с мешочком на голове расстояние 5-6м. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, приставным шагом вперёд спиной), бег (по диагонали, с высоким подниманием колен). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «У Лариски», «Почмокать губами», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Замочек», «Голос-шёпот -А-». Развивать скоростные качества, произвольность, быстроту реакции и выдержку в П./И «Ловишка замирала». Воспитывать прыжковую выносливость на одной ноге в И/У «Бой петухов».
4 неделя	Учить детей борцовским качествам, умению проигрывать и выигрывать. Закрепить навык подлезания под дугу, в туннель. Развивать у детей ловкость, смекалку, выдержку при прыжках на двух ногах с зажатым между ног мячом с продвижением вперёд. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Как румянен осенний лес», «Пошлёпать губами», ОРУ со шнуром. Работа над развитием дыхания и голоса «Тише-громче –У-». Развивать координационные способности	Продолжать учить детей борцовским качествам, умению проигрывать и выигрывать. Закрепить навык прыжков на двух ногах с зажатым мячом между ног с продвижением вперёд, подлезанию в туннель способом «обезьяний шаг» (на ладонях и ступнях), подлезание под дугой правым и левым боком. Развивать скоростную выносливость в играх-эстафетах. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Компот», «Пошлёпать губами», ОРУ со шнуром. Работа над развитием дыхания и голоса «Тише-громче –У-». Развивать произвольность в игре «Четыре

	детей при ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом вперёд, приседая на каждый шаг, перенося махом через сторону прямую ногу вперёд. Развивать произвольность в игре «Четыре стихии» (под музыку). Учить детей расслабляться и восстанавливать дыхание после активной двигательной деятельности (игр-эстафет). Воспитание у детей интереса к играм-эстафетам, чувство взаимопомощи.	стихии» (под музыку). Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, спиной вперёд, с поворотом вокруг себя в движении, полный присед), бег (с изменением темпа и направления, ускоренный, с остановкой по сигналу). Воспитывать чувство взаимопомощи, интерес к занятиям спортом, к движениям.
--	--	---

Октябрь подготовительная группа

1 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги вверх, вперёд и деля под ней хлопок руками. Учить детей рассчитывать на первый и второй, равнению в колонне. Учить детей бегать, используя всё пространство зала, не наталкиваясь друг на друга в П./И «Мы весёлые ребята». Совершенствовать навык ползания по гимнастической скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках), бег (широким шагом). Развивать произвольность в игре «Веретено». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Пчелы гудят», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Полёт бабочки». Упражнять детей в расслаблении и восстановлении дыхания. Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворения от полученной двигательной нагрузки в П./И «Лягушки и цапля».	Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками, бросать его о землю и ловить его двумя руками до 15-20 раз без потери. Продолжать учить детей подпрыгиванию на месте с поворотом кругом по 30-40 прыжков, чередуя с ходьбой. Повторить 3-4 раза. Учиться детей общаться в жестово-мимической форме во время выполнения движений под музыкальное сопровождение. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Божья коровушка», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Полёт бабочки». Развивать произвольность в игре «Веретено». Развивать прыжковую выносливость, в и.п. положение присесть в П./И «Лягушки и цапля». Воспитывать умения проявлять ловкость, решительность и смелость в П./И «Мы весёлые ребята». Упражнять детей в расслаблении и восстановлении дыхания И.М.П. «Золотые ворота».
2 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, с остановкой на середине и перешагивая через мяч вперёд, назад, который в руках. Совершенствовать навык прыжка с продвижением вперёд на двух ногах на расстояние 5-6 метров. Совершенствовать навыки перестроения (повороты на право, налево, равнение в шеренге), бег (змейкой, парами,	Учить детей двигать в соответствии с заданным темпом, выдерживать ритм движения в сопровождении музыки при выполнении общих развивающих упражнений. Продолжать учить детей отбивать мяч, об пол чередуя правую и левую руку на месте. Совершенствовать навык ходьбы на носочках, на пятках, спиной вперёд; бег лёгкий, ускоренный под музыкальное сопровождение. Развивать произвольность в игре

	широким шагом). Развивать, прыжковую выносливость в П./И «Салка на одной ноге». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Кукушка», ОРУ со скакалкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека», «Петух (ку-ка-ре-ку)». Развивать координационные способности детей во время прыжков на одной ноге. Воспитывать у детей уверенность в себе, развивать произвольность в П./И «Мы весёлые ребята».	Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Это птичка - соловей», ОРУ со скакалкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать быстроту, произвольность, ловкость в П./И «Салка на одной ноге», П./И «Мы весёлые ребята». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.
3 неделя	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, с остановкой и приседанием на середине, разворотом кругом. Продолжать учить детей перепрыгивать верёвку правым и левым боком высота 40 см. Совершенствовать навык ходьбы (крестным шагом, гуськом, «обезьяним шагом»). Бег (враспынную, сильно сгибая ноги назад). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «По ягоды», «Вкусное варенье», ОРУ с городками. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем круг плавно», «Петух (ку-ка-ре-ку)». Развивать произвольность, внимание и быстроту реакции в П./И «Вороны и воробьи». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в И.М.П. «Гостья».	Учить детей перебрасывать мяч друг другу и ловить его после отскока двумя руками от груди. Продолжать учить детей перепрыгивать верёвку высотой 50 см. правым и левым боком. Совершенствовать бег, враспынную чередуя с ходьбой в колонне. Учить детей сочетать двигательные навыки с характером музыки. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Опята», «Почистим зубы», ОРУ с городками. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем квадрат отрывисто», «На турнике (вдох-выдох ФФФ)». Развивать чувство ритма в ритмической композиции «Мы едем, едем, едем ...». Воспитывать настойчивость и развивать произвольность в П./И «Вороны и воробьи».
4 неделя	Учить детей бросать мяч о землю и ловить его после трёх хлопков в ладоши. Совершенствовать навык ходьбы по узкой стороне гимнастической скамейке, продвигаясь вперёд спокойным шагом, подлезание под гимнастическую скамейку способом «по-пластунски». Развивать произвольность в игре «Будь внимателен» (до 7 поз). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Кошка», «Трубочка - улыбочка», ОРУ с большим мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать борцовские качества,	Продолжать учить детей бросанию мяча о пол и ловля его после трёх хлопков в ладоши. Закрепить навык прыжков на двух ногах с продвижением вперёд с зажатым мячом между ног. Совершенствовать эстафетный бег с мячом в руках. Развивать произвольность в игре «Будь внимателен» (до 7 поз). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Идёт коза рогатая», «Лошадка», ОРУ с большим мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Аукаем АУ». Развивать скоростные способности в играх-эстафетах с мячом. Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил,

	<p>умение проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет. Развивать умения манипулировать с мячом во время игр-эстафет. Воспитывать дружеские чувства, взаимовыручку, взаимную поддержку в играх, эстафетах.</p>	<p>определённых в играх-эстафетах.</p>
--	--	--

Ноябрь подготовительная группа

<p>1 неделя</p>	<p>Учить детей перебрасывать мяч друг другу снизу через волейбольную сетку расстояние 3-4 метра. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Есть у нас игра такая...», «Имитация жевания», ОРУ со спротроллерами. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать произвольность в игре «Тень». Развивать координационные способности во время ходьбы по узкой стороне гимнастической скамейке приставным шагом правым и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, по диагонали, змейкой с препятствиями, спиной вперёд), бега (с преодолением препятствий, спиной вперёд), перестроения (повороты на месте кругом, перестроение в колонне по три). Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки в П./И «Волк во рве», П./И «Салки ноги от земли», в И.М.П. «Гостья».</p>	<p>Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу снизу расстояние 3-4 метра. Учить детей перепрыгивать верёвку с набивным мячом в руках вес 1 кг. Совершенствовать навык ходьбы (на носочках, на пятках, по диагонали, змейкой с препятствиями, спиной вперёд), бега (с преодолением препятствий, спиной вперёд), перестроения (повороты на месте кругом, перестроение в колонне по три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Ёжик», «Иголочка», ОРУ со спорт роллерами. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать произвольность в игре «Тень». Развивать чувство ритма во время выполнения общеразвивающих упражнений. Развивать у детей умения увёртываться от «волков» в П./И «Волк во ров». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки в П./И «Салки ноги от земли», в И.М.П. «Гостья».</p>
<p>2 неделя</p>	<p>Продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу из-за головы через волейбольную сетку расстояние 3-4метра. Совершенствовать навык лазания по гимнастической скамейке упражнение «гусь». Совершенствовать навык ходьбы (с ритмичными хлопками под прямой ногой, «обезьяний» шаг, с высоким подниманием колен, приставным шагом правым и левым боком), бега («обезьяний» галоп, боковой галоп правым и</p>	<p>Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу из-за головы 3-4 метра. Совершенствовать навык ходьбы (с ритмичными хлопками под прямой ногой, «обезьяний» шаг, с высоким подниманием колен, приставным шагом правым и левым боком), бега («обезьяний» галоп, боковой галоп правым и левым боком), перестроение (в колонне по четыре, смыкаться и размыкаться в стороны). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Новые кроссовки», «Иголочка», ОРУ с обручами. Работа над развитием дыхания и голоса «Фырканье». Развивать прыжковую выносливость, перепрыгивая линию вперёд,</p>

	<p>левым боком), перестроение (в колонне по четыре, смыкаться и размыкаться в стороны). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Я умею обуваться», «Имитация жевания», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Дудочка». Развивать координационные способности детей. Воспитывать честность в П./И «Липкие пеньки», П./И «Чу-чу место себе ищу», развивать произвольность в И.М.П. «Запретное движение».</p>	<p>назад на одной ноге. Воспитывать положительное отношение к выполнению движений под музыкальное сопровождение, честность в П./И «Липкие пеньки», П./И «Чу-чу место себе ищу», развивать произвольность в И.М.П. «Запретное движение».</p>
3 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы разной высоты 10см., 20см., 30см. Продолжать учить детей отбиванию мяча свободным способом после подачи через волейбольную сетку. Совершенствовать навык ходьбы (широким и мелким шагом, упражнение «цапля»), бега (широким и мелким шагом, захлестывая голень назад), перестроение (самостоятельное в колонне по одному). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Рано утром на поляне», «Лопаточка», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня», «Голос-шёпот (ААА)». Развивать глазомер, силу, внимание во время выполнения основных видов движений. Развивать выразительность движений, произвольность в П./И «Охотники, и звери», П./И «Липкие пеньки», в И.М.П. «Гостья». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>	<p>Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу снизу и из-за головы расстояние 3-4метра. Закрепить навык перепрыгивания через 6-8 набивных мячей весом 1кг. Совершенствовать навык ходьбы (широким и мелким шагом, упражнение «цапля»), бега (широким и мелким шагом, захлестывая голень назад), перестроение (самостоятельное в колонне по одному). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Снежок», «Иголочка», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем треугольник на выдохе плавно», «Чистый воздух». Развивать скоростные качества, быстроту реакции и выдержку в П./И «Охотники, и звери», развивать произвольность П./И «Липкие пеньки», в И.М.П. «Гостья». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>
4 неделя	<p>Продолжать учить детей проползать под несколькими спортивными пособиями подряд высота 35см., 40см., 45см., 50см. Закрепить навык ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с приседанием. Совершенствовать навык ходьбы (по гимнастическим палкам, с перекатом с пятки на</p>	<p>Закрепить навык проползать под несколькими спортивными пособиями подряд высота 35см., 40см., 45см., 50см. Совершенствовать навык ходьбы (по гимнастическим палкам, с перекатом с пятки на носок), бега (с предметом в руках чередуя с ходьбой, с остановкой по сигналу), перестроения повороты на право и на лево, в колонне по четыре).</p>

	<p>носок), бега (с предметом в руках чередуя с ходьбой, с остановкой по сигналу), перестроения повороты направо и налево, в колонне по четыре). Развивать произвольность в игре «Зеваки». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Снежок порхает, кружится», «Лопаточка», ОРУ с воланом. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня», «Насос (с-с-с)». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет. Познакомить детей с элементарными правилами игры в спортивную игру волейбол. Воспитывать дружеские чувства, взаимовыручку, взаимную поддержку во время проведения игр-эстафет, спортивной игры волейбол.</p>	<p>Совершенствовать навык передачи мяча друг другу с низу с продвижение вперёд. Развивать произвольность в игре «Зеваки». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «птички полетели», «Иголочка», «Пароход гудит», ОРУ с воланом. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем треугольник на выдохе отрывисто», «Насос (с-с-с)». Развивать прыжковую выносливость, прыгая на одной ноге вправо и влево, прыжков в мешке, с кочки на кочку. Развивать скоростные способности детей в играх-эстафетах. Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определенных в играх-эстафетах.</p>
--	--	--

Декабрь подготовительная группа

1 неделя	<p>Учить детей спрыгивать с гимнастической скамейки и мягко приземляться на полусогнутые ноги. Закреплять навык лазанья по гимнастической скамейке на четвереньках. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой), бега (лёгкий, с изменением направления, по диагонали, змейкой), перестроение (размыкание и смыкание приставным шагом). Развивать ловкость, смелость, выносливость и произвольность в П./И «Два Мороза». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Большая жёлтая луна», «Чистим верхние зубки» ОРУ большим мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «ЭЭЭ». Развивать выдержку, внимание в И.М.П. «Найди и промолчи». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>	<p>Учить детей подбрасывать и ловить теннисный мяч одной рукой (левой и правой). Учить удерживать теннисный мяч на теннисной ракетке. Продолжать учить детей челночному бегу (5/10). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Стул», «Чистим нижние зубки», ОРУ с большим мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Зайцы в магазин ходили». Развивать прыжковую выносливость во время прыжков вверх из глубокого приседа. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой), бега (лёгкий, с изменением направления, по диагонали, змейкой), перестроение (размыкание и смыкание приставным шагом) под музыкальное сопровождение. Воспитывать умения строго соблюдать правила и развивать произвольность в П./И «Два Мороза», в И.М.П. «Найди и промолчи».</p>
2 неделя	<p>Учить детей перестраиваться из одного круга в два и наоборот. Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с</p>	<p>Учить детей подбрасывать и ловить теннисный мяч после отскока от пола. Продолжать учить детей непрерывному бегу в течение 2-3 минут.</p>

	<p>пятки на носок, полу присед, «гуськом»). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Чайник», «Маляр», ОРУ с мешочком. Работа над развитием дыхания и голоса «Пузырь». Развивать координационные способности при выполнении О.В.Д.: стоять на гимнастической скамейке на носках, на одной ноге (правой и левой). Развивать выносливость в беге в медленном темпе в течение 2-3 минут, чередуя с ходьбой. Развивать быстроту реакции в П./И «Вытащи платок». Воспитывать честность и развивать произвольность в П./И «Два Мороза». Упражнять детей в расслаблении в И./У «Барсучок».</p>	<p>Совершенствовать навык ходьбы (с перекатом с пятки на носок, полу присед, «гуськом»). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Машина каша», «Оскал», ОРУ с мешочком. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека УФФФ». Развивать быстроту реакции в П./И «Вытащи платок». Развивать, произвольность, смелость и решительность в П./И «Два Мороза». Воспитывать положительное отношение к выполнению движений по музыкальное сопровождение.</p>
3 неделя	<p>Продолжать учить детей отбивать теннисный мяч ракеткой до 10 раз без потери. Продолжать учить детей подпрыгивать вверх с места, доставая предмет, высота выше поднятой руки ребёнка на 25-30см. Совершенствовать навык ходьбы (паровозиком сидя на полу, по диагонали), бега (парами, тройками), перестроение (из одного круга в два в движении). Закрепить навык лазания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках, локти подтягивать до уровня пояса. Развивать произвольность в игре «Белые медведи». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «С Новым годом!», ОРУ с городками. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека УХХХ». Развивать скоростные качества, быстроту реакции и выдержку в П./И «Салки ноги от земли», в И.М.П. «Рак». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>	<p>Продолжать учить детей отбивать теннисный мяч ракеткой до 10 раз без потери. Закрепить навык перестроение из одного круга в два. в движении. На сильную долю в музыке. Совершенствовать навык ходьбы (паровозиком сидя на полу, по диагонали), бега (парами, тройкам). Развивать произвольность в игре «Белые медведи». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Ёлка», ОРУ с городками. Работа над развитием дыхания и голоса «Насос ШШШ». Развивать скоростные качества, быстроту реакции и выдержку в П./И «Салки ноги от земли», в И.М.П. «Рак». Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>
4 неделя	<p>Продолжать учить детей лазанью по гимнастической скамейке на спине, толкаясь ногами и подтягиваясь руками. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Жираф», ОРУ со скакалкой. Работа над развитием дыхания и</p>	<p>Учить детей перестраиваться в колонну по четыре. Продолжать учить детей отбивать теннисный мяч ракеткой до 20 раз без потери. Развивать прыжковую выносливость, прыгая на одной ноге по очереди (левая, правая) продвигаясь вперёд 4-5 метров под музыкальное</p>

	<p>голоса «Чистый воздух». Развивать произвольность в игре «Флажок». Развивать координационные способности детей стоя на гимнастической скамейке, кружась, делая взмахи руками. Развивать скоростные способности детей в играх-эстафетах, П./И «Салки с приседанием». Совершенствовать навык ходьбы: (парами, тройками, гимнастическим шагом, полу присед), перестроение (повороты кругом, в колонну по 2,3 через середину зала). Воспитывать у детей интерес к играм, эстафетам, чувство взаимопомощи.</p>	<p>сопровождение. Совершенствовать навык ходьбы: (парами, тройками, гимнастическим шагом, полу присед), бега (обычный, лёгкий, наперегонки), перестроение (повороты кругом, в колонну по 2,3 через середину зала). Развивать произвольность в игре «Флажок». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Где обедал воробей», ОРУ со скакалкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека УФФФ, УХХХ». Развивать борцовские качества, умение проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет. Развивать скоростные качества в П./И «Салки с приседанием». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.</p>
<p>Январь подготовительная группа</p>		
3 неделя	<p>Обучить детей расчёту на первый и второй, перестроение из одной шеренги в две. Учить детей делать точный бросок мяча в баскетбольную корзину способом двумя руками из-за головы. Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой, полу присед, полный присед, с остановкой по сигналу, парами), бега (лёгкий, с изменением направления, по диагонали, змейкой, через препятствие с низкого старта), перестроение (размыкание и смыкание приставным шагом). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Брату впору башмаки», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса «Вырасти большой (руки вверх-вниз УХХХ)». Развивать произвольность в игре «Стоп». Развивать глазомер, внимание, выдержку в И.М.П. «Пограничник», силу рук в П./И «Футбол раков». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>	<p>Продолжать обучать детей расчёту на первый и второй, перестроение из одной шеренги в две. Обучать детей кружение с закрытыми глазами, с остановкой и выполнением различных фигур. Развивать произвольность в игре «Стоп». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Моя семья», «Плотник», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса «Шум леса ШШШ». Развивать прыжковую выносливость, перепрыгивая через 6-8 мячей, глазомер, внимание, выдержку в И.М.П. «Пограничник», силу рук в П./И «Футбол раков». Совершенствовать навык ходьбы (обычная, на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой, полу присед, полный присед, с остановкой по сигналу, парами), бега (лёгкий, с изменением направления, по диагонали, змейкой, через препятствие с низкого старта), перестроение (размыкание и смыкание приставным шагом). Воспитывать интерес к занятиям спортом, положительное отношение к выполнению движений по музыкальное сопровождение.</p>
4 неделя	<p>Обучить детей элементарным правилам в спортивную игру баскетбол. Продолжать обучать детей кружению с закрытыми глазами, с остановкой и выполнением различных фигур.</p>	<p>Продолжать обучать детей кружению с закрытыми глазами, с остановкой и выполнением различных фигур. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, спортивная, с различными притопами и прихлопами,</p>



	<p>Закрепить навык лазания по верёвочной лестнице «Чудо лестнице» любым удобным способом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, спортивная, с различными притопами и прихлопами, врассыпную, тройками); бега: (лёгкий, стремительный, с высокого старта). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Грабли», «Рыбка», ОРУ с кеглями. Работа над развитием дыхания и голоса «Шар сдувается ССС». Развивать борцовские качества, произвольность, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков», в И.М.П. «Пограничник». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.</p>	<p>врассыпную, тройками); бега: (лёгкий, стремительный, с высокого старта). Закрепить навык прыжков на одной ноге 5-6 метров чередуя с ходьбой. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Акула», ОРУ с кеглями. Работа над развитием дыхания и голоса «Партизаны (2 шага вдох, 6-8 выдох ти-ш-ш-ше». Развивать борцовские качества, произвольность, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков», в И.М.П. «Пограничник». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил, определённых в играх-эстафетах.</p>
--	---	--

Февраль подготовительная группа

<p>1 неделя</p>	<p>Учить детей лазанию по шведской стенке используя перекрёстное движение рук и ног, бегу по наклонной доске. Развивать прыжковую выносливость, прыгая на мячах прыгунах, силу рук, сдержанность, внимание, произвольность в П./И «Два мороза», в И.М.П. «Пограничник». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «На горах высоких», ОРУ с малым мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Ку-ка-ре-ку». Развивать у детей чувство равновесия во время ходьбы по гимнастической скамейке. Совершенствовать навык ползания на четвереньках по гимнастической скамейке. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, с ритмичными хлопками вверху и под ногами, спиной вперёд); навык бега: (обычный, лёгкий, чередуя с ходьбой, спиной вперёд, с за хлестом голени назад). Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворения от</p>	<p>Учить детей бросать мяч малого размера в верх и ловить его одной рукой без потери до 10 раз. Учить детей прыгать через обруч вращая его двумя руками вперёд и перепрыгивая через него поочередно сгибая ноги. Продолжать развивать прыжковую выносливость, прыгая на мячах прыгунах, силу рук, сдержанность, внимание, произвольность в П./И «Два мороза», в И.М.П. «Пограничник». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, с ритмичными хлопками вверху и под ногами, спиной вперёд); навык бега: (обычный, лёгкий, чередуя с ходьбой, спиной вперёд, с за хлестом голени назад). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Лошадка», ОРУ с малым мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Собачка». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворения от полученной двигательной нагрузки под музыкальное сопровождение.</p>
-----------------	--	--

	полученной двигательной нагрузки.	
2 неделя	<p>Учить детей лазанию по шведской стенке используя одноимённое движение рук и ног, навыку ходьбы по гимнастической скамейке навстречу друг другу на середине делая поворот вокруг себя и разойтись в разные стороны. Закрепить навык прыжка, на батуте выполняя упражнение «Кузнечик». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, по диагонали, змейкой, на четвереньках, упражнение «цапля»); навыка бега: (лёгкий, стремительный, по диагонали, змейкой, с ускорением); навык перестроения: (в колонну по три, четыре). Развивать произвольность в игре «Разведчики». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Наши алые цветы», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Насос ССС». Развивать координационные способности детей, внимание, быстроту реакции в П./И «Футбол раков», в И.М.П. «Зоркий глаз». Упражнять детей в расслаблении и восстановлении дыхания. Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>	<p>Продолжать учить детей передачи мяча друг другу двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Продолжать закреплять навык прыжка, на батуте выполняя упражнение «Кузнечик». Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, по диагонали, змейкой, на четвереньках, упражнение «цапля»); навыка бега: (лёгкий, стремительный, по диагонали, змейкой, с ускорением); навык перестроения: (в колонну по три, четыре). Развивать произвольность в игре «Разведчики». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Братцы, братцы, где вы были?», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Насос ШШШ». Развивать координационные способности детей, внимание, быстроту реакции в П./И «Футбол раков», в И.М.П. «Зоркий глаз». Упражнять детей в расслаблении и восстановлении дыхания. Воспитывать у детей интерес и желание заниматься физическими упражнениями под музыкальное сопровождение.</p>
3 неделя	<p>Обучить детей некоторым элементам аэробики: (стойка на лопатках упражнение «берёзка», упражнение «корзиночка»). Закрепить навык прыжков на батуте упражнение «Кенгуру», «Кто выше». Совершенствовать навык ходьбы: (на носках, на пятках руки в замок за голову, локти в стороны, «обезьяний шаг»); навык бега: (лёгкий, «обезьяний», боковой галоп правым и левым боком); навык перестроения: (из одного круга в два в движении). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Шофёр», ОРУ с теннисным мячом. Развивать произвольность в игре «Игра в мяч». Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека». Развивать</p>	<p>Продолжать обучать детей некоторым элементам аэробики: (стойка на лопатках упражнение «берёзка», упражнение «корзиночка»). Продолжать закреплять навык прыжков на батуте упражнение «Кенгуру», «Кто выше». Совершенствовать навык ходьбы: (на носках, на пятках руки в замок за голову, локти в стороны, «обезьяний шаг»); навык бега: (лёгкий, «обезьяний», боковой галоп правым и левым боком); навык перестроения: (из одного круга в два в движении) под музыкальное сопровождение. Развивать произвольность в игре «Игра в мяч». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Шла по улице машина», ОРУ с теннисным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать глазомер, силу, внимание, во</p>

	<p>глазомер, силу, внимание, во время выполнения основных видов движения и в П./И «Перестрелка», в И.М.П. «Найди и промолчи». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>	<p>время выполнения основных видов движения и в П./И «Перестрелка», в И.М.П. «Найди и промолчи». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>
4 неделя	<p>Продолжать учить детей навыку лазания по гимнастической стенке с пролёта на пролёт по диагонали, навыку челночного бега 5x10м. Совершенствовать навык прыжков на хоппах разного размера на скорость, фиксировать внимание на передачу мяча. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках руки вверх, локти прямые, змейкой, по диагонали); навык бега: (лёгкий, с выносом прямых ног вперёд); навык перестроения: (в колонну по два). Развивать произвольность в игре «Веретено». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Я весёлый майский жук», ОРУ с городками. Работа над развитием дыхания и голоса «Радуга обними меня». Развивать скоростные способности в играх-эстафетах с мячом, в П./И «Волк – калека и баран», в П./И «Перестрелка». Учить детей расслабляться и восстанавливать дыхание после активной двигательной деятельности (игр-эстафет). Воспитание у детей интереса к играм-эстафетам, чувство взаимопомощи.</p>	<p>Продолжать учить детей борцовским качествам, умению проигрывать и выигрывать. Совершенствовать навык прыжков на хоппах разного размера на скорость, фиксировать внимание на передачу мяча. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках руки вверх, локти прямые, змейкой, по диагонали); навык бега: (лёгкий, с выносом прямых ног вперёд); навык перестроения: (в колонну по два). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Жук», ОРУ с городками. Работа над развитием дыхания и голоса «Подуй на теннисный мяч». Развивать произвольность в игре «Веретено». Развивать скоростные способности в играх-эстафетах с мячом, в П./И «Перестрелка». Учить детей расслабляться и восстанавливать дыхание после активной двигательной деятельности (игр-эстафет) под музыкальное сопровождение. Воспитание у детей интереса к играм-эстафетам, чувство взаимопомощи.</p>

Март подготовительная группа

1 неделя	<p>Продолжать учить детей навыку бега по гимнастической скамейке с остановкой по сигналу и с дальнейшим продвижением. Закрепить навык метания в горизонтальную цель малым набивным мячом. И/У «Попади в обруч». Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, приставным шагом вперёд, назад, полу присед, спиной вперёд); навыка бега: (в сочетании с другими движениями прыжками, с остановкой, с приседанием после остановки); навыка перестроения: (парами, в колонну по два,</p>	<p>Продолжать учить детей пролезанию в обруч любым удобным способом. Совершенствовать навык прыжков на двух ногах с продвижением вперёд на расстоянии 5-6 метров. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, приставным шагом вперёд, назад, полу присед, спиной вперёд); навыка бега: (в сочетании с другими движениями прыжками, с остановкой, с приседанием после остановки); навыка перестроения: (парами, в колонну по два, расчёт на первый и второй, перестроение в одну и две шеренги). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Живая цепочка», ОРУ</p>
----------	--	---

	<p>расчёт на первый и второй, перестроение в одну и две шеренги). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Весна, весна красна», ОРУ с флажками. Работа над развитием дыхания и голоса «Пароход гудит ЫЫЫ». Развивать внимание, быстроту реакции, равновесие, произвольность, скоростные качества в П./И «Салки с приседанием», и в П./И «Бой подушками». Воспитывать умение проигрывать и выигрывать, интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>	<p>на гимнастической скамейке. Работа над развитием дыхания и голоса «Пароход гудит тихо-громко ЫЫЫ». Развивать внимание, быстроту реакции, равновесие, произвольность, скоростные качества в П./И «Салки с приседанием», и в П./И «Бой петухов в кругу». Воспитывать умение проигрывать и выигрывать, интерес и желание заниматься физическими упражнениями.</p>
2 неделя	<p>Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку, сложенную в двое и вращающееся под ногами. Закрепить навык вращения обруча на талии, фиксировать внимание на исходное положение рук и ног. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, крестным шагом, с перекатом с пятки на носок, с ритмичным притопыванием, прихлопыванием); бега: (на носочках, по сигналу прыжок вверх и с поворотом кругом); перестроения: (повороты на право, на лево). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Чей сегодня день рождения?», ОРУ с кеглями. Работа над развитием дыхания и голоса «Зайцы в магазин ходили». Развивать произвольность, внимание и умения быстро реагировать на сигнал в П./И «Птицы в гнезде» и И.М.П. «Рак». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки.</p>	<p>Продолжать учить детей прыжкам через короткую скакалку, сложенную в двое и вращающееся под ногами. Закрепить навык пролезания в обруч правым и левым боком. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, крестным шагом, с перекатом с пятки на носок, с ритмичным притопыванием, прихлопыванием); бега: (на носочках, по сигналу прыжок вверх и с поворотом кругом); перестроения: (повороты на право, на лево). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Помощники», ОРУ с набивным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Облако». Развивать произвольность, внимание и умения быстро реагировать на сигнал в П./И «Птицы в гнезде» и И.М.П. «Рак». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки посредством музыкального сопровождения.</p>
3 неделя	<p>Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке на носочках перекладывая предмет из руки в руку над головой. Учить детей делать правильный поворот вокруг себя в колонне (повороты кругом). Совершенствовать навык лазанья по «чудо лестнице» любым удобным способом.</p>	<p>Продолжать учить детей делать правильный поворот вокруг себя в колонне (повороты кругом). Учить детей под музыку расслаблять мышечную систему, сохраняя эмоциональное настроение. Совершенствовать навык метания в горизонтальную и вертикальную цель. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на</p>

	<p>Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шаг с припаданием, с высоким подниманием колен, ходьба с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, боковой галоп правым и левым боком, по диагонали). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Ласточка», ОРУ с воланом. Работа над развитием дыхания и голоса «Петух». Развивать гибкость, произвольность, умение владеть своим телом, находчивость, вестибулярный аппарат в П./И «Ловишки замиралки», И.М.П. «Сделайте, пожалуйста». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>	<p>пятках, шаг с припаданием, с высоким подниманием колен, ходьба с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, боковой галоп правым и левым боком, по диагонали). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Сколько птиц к кормушке нашей...», ОРУ с бадминтонной ракеткой. Работа над развитием дыхания и голоса «Петух». Развивать прыжковую выносливость во время прыжков на одной ноге в паре. Развивать гибкость, произвольность, умение владеть своим телом, находчивость, вестибулярный аппарат в П./И «Ловишки замиралки», И.М.П. «Сделайте, пожалуйста». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>
4 неделя	<p>Учить детей проявлять смелость, смекалку, находчивость, быстроту реакции и умение использовать в движениях все физические качества, необходимые для проведения игр-эстафет. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, спиной вперёд, с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, на носках, с ускорением, стремительный, спиной вперёд). Развивать борцовские качества, умение проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет и П./И «Липкие пеньки». Развивать произвольность в игре «Замри». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Что сделать, чтоб вырос красивый цветок?», ОРУ с мешочком. Работа над развитием дыхания и голоса «Пароход гудит ЫЫЫ». Развивать умения манипулировать различным спортивным инвентарем во время игр-эстафет. Воспитывать дружеские чувства, взаимовыручку, взаимную поддержку в играх, эстафетах.</p>	<p>Продолжать учить детей проявлять смелость, смекалку, находчивость, быстроту реакции и умение использовать в движениях все физические качества, необходимые для проведения игр-эстафет. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носках, на пятках, спиной вперёд, с закрытыми глазами); бега: (лёгкий, на носках, с ускорением, стремительный, спиной вперёд). Совершенствовать навык прыжков на хоппах разного размера. Закрепить навык вращения обруча на талии. Развивать борцовские качества, умение проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет и П./И «Липкие пеньки». Развивать произвольность в игре «Замри». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «После зимней спячки», ОРУ теннисной ракеткой. Работа над развитием дыхания и голоса «Пароход гудит ЫЫЫ». Развивать умения манипулировать различным спортивным инвентарем во время игр-эстафет. Воспитывать дружеские чувства, взаимовыручку, взаимную поддержку в играх, эстафетах под музыкальное сопровождение.</p>
Апрель подготовительная группа		
1 неделя	<p>Учить детей передачи мяча друг другу носком правой и левой ноги, влезать на канат, делая захват каната ступнями ног и вися в положении стоя, фиксируя конец каната. Закрепить</p>	<p>Продолжать учить детей передачи мяча друг другу носком правой и левой ноги. Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловля его после поворота вокруг себя. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на</p>

	<p>навык лёгкого бега, по гимнастической скамейке собирая мелкие предметы. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шаг с припаданием, переменный шаг, с высоким подниманием колен прижимая их руками к груди, шаг «обезьяны»); бега: (парами, тройками, лёгкий, спиной вперёд); перестроения: (повороты направо, на лево в колонне по три). Развивать произвольность в игре «Тень». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Фиалка», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса «Укачивание А-А-А». Развивать внимание, быстроту реакции, силу рук в П./И «Медведи и пчёлы», «Охотники и звери». Воспитывать настойчивость и выдержку в И.М.П. «Горелки» (р.н.и.).</p>	<p>носочках, на пятках, шаг с припаданием, переменный шаг, с высоким подниманием колен прижимая их руками к груди, шаг «обезьяны»); бега: (парами, тройками, лёгкий, спиной вперёд); перестроения: (повороты направо, на лево в колонне по три). Развивать прыжковую выносливость, перепрыгивая через 5-6 предметов подряд, фиксируя внимание на исходное положение ног и рук. Развивать произвольность в игре «Тень». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Маляры», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса «Укачивание О-О-О». Развивать внимание, быстроту реакции, силу рук в П./И «Медведи и пчёлы», «Охотники и звери». Воспитывать настойчивость и выдержку в И.М.П. «Горелки» (р.н.и.) под музыкальное сопровождение.</p>
2 неделя	<p>Учить детей влезать на канат на доступную высоту, фиксируя конец каната в неподвижном состоянии. Учить детей качественно владеть мячом, передавая, его друг другу носком правой и левой ноги. Совершенствовать навык спрыгивания с гимнастической скамейки, фиксируя мягкое приземление на полусогнутые ноги. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с мешочком на голове, с высоким подниманием колен); бега (наперегонки, выбрасывая прямые ноги вперёд, спиной вперёд); перестроение (повороты направо, на лево в шеренге). Развивать умения переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной, быстроту, силу, в П./И «Перелёт птиц», «Охотники и звери». Развивать произвольность в игре «Расставь посты». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Поезжай за моря-океаны», ОРУ с малым мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека». Воспитывать красоту и грациозность движений в И.М.П. «Море волнуется».</p>	<p>Продолжать учить детей качественно владеть мячом, передавая, его друг другу носком правой и левой ноги. Закрепить навык подбрасывания мяч вверх и ловля его после поворота вокруг себя. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, с мешочком на голове, с высоким подниманием колен); бега (наперегонки, выбрасывая прямые ноги вперёд, спиной вперёд); перестроение (повороты направо, на лево в шеренге). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Небо синее в России», ОРУ с малым мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Дровосека». Развивать произвольность в игре «Расставь посты». Развивать умения переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной, быстроту, силу, в П./И «Перелёт птиц», «Охотники и звери». Воспитывать красоту и грациозность движений в И.М.П. «Море волнуется».</p>

3 неделя	<p>Обучить детей перебрасывание малого мяча из правой руки, в левую руку без потери. Учить детей расчёту на 1- 2,1 - 2 - 3, и перестроение из одной шеренги в 2,3. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, по гимнастической скамейке на четвереньках, из обруча в обруч); бега: (лёгкий, стремительный, с поворотом через левое и правое плечо). Совершенствование навыка ползания по гимнастической скамейке на четвереньках. Развивать произвольность в игре «Скучно, скучно так сидеть» (с предметами). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Снега прошли не малые», ОРУ с набивным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Чистый воздух». Развивать выносливость, внимание, быстроту реакции в П./И «Пятнашки с мячом», П./И «Перелёт птиц». Упражнять детей в умение расслабляться после смены деятельности с помощью И.М.П. «Барсучок». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки.</p>	<p>Продолжать обучать детей перебрасывание малого мяча из правой руки в левую без потери. Продолжать учить детей расчёту на 1- 2,1 - 2 - 3, и перестроение из одной шеренги в 2,3. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, по гимнастической скамейке на четвереньках, из обруча в обруч); бега: (лёгкий, стремительный, с поворотом через левое и правое плечо). Закрепить навык прыжков на хоппах с продвижением вперёд на 10-15 метров. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Маляры», ОРУ с набивным мячом. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать произвольность в игре «скучно, скучно, так сидеть» (с предметами). Развивать координационные способности, стоя на одной ноге и закрыв глаза по сигналу. Развивать выносливость, внимание, быстроту реакции в П./И «Пятнашки с мячом», П./И «Перелёт птиц». Упражнять детей в умение расслабляться после смены деятельности с помощью И.М.П. «Барсучок». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки.</p>
4 неделя	<p>Обучить детей элементарным правилам спортивной игры футбол, фиксируя внимание на взаимодействие в команде. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с мешочком на голове, крестным шагом, спиной вперёд); бега: (в парах на перегонки, на скорость с допрыгиванием до предмета подвешенный выше вытянутой руки ребёнка); перестроение: (в колонне по два, три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Маляры», ОРУ со скакалкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Укачивание О-О-О». Развивать произвольность в игре «Разведчики». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью правил,</p>	<p>Продолжать учить детей элементам спортивной игры футбол, фиксируя внимание на удары ногами разными способами. Совершенствовать навык ходьбы: (на носочках, с мешочком на голове, крестным шагом, спиной вперёд); бега: (в парах на перегонки, на скорость с допрыгиванием до предмета подвешенный выше вытянутой руки ребёнка); перестроение: (в колонне по два, три). Развивать прыжковую выносливость в прыжках на двух ногах с зажатым мячом между ног. Развивать произвольность в игре «Разведчики». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Есть у Егора чудесные вещи», ОРУ со скакалкой. Работа над развитием дыхания и голоса «Укачивание А-А-А». Развивать борцовские качества, умения проигрывать и выигрывать во время проведения игр-эстафет, П./И «Футбол раков». Воспитывать игровые взаимоотношения с помощью</p>

	определённых в играх-эстафетах.	правил, определённых в играх-эстафетах.
--	---------------------------------	---

Май подготовительная группа

1 неделя	<p>Обучить детей метанию в движущуюся цель, фиксируя внимание на прицел. Познакомить детей с легкоатлетическим снарядом кольца, выполнять элементарные упражнения на них, вис на прямых руках. Продолжать учить детей лазанью по канату, фиксируя внимание на правильный захват руками и ногами каната. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носочках, приставным шагом спиной вперёд, со сменой направления по сигналу); бега: (боковой галоп левым боком и правым боком, ногами вперёд, со средней скоростью 80-120 метров 2-4 раза в чередовании с ходьбой). Развивать произвольность в игре «Корзинка». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Я давно весну ждала...», ОРУ с обручем. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем на выдохе круг плавно». Развивать беговую выносливость, меткость, силу, ловкость, слаженность в движениях в Р.Н.И. «Заря - заряница». Воспитывать красоту и грациозность движений в И.М.П. «Море волнуется».</p>	<p>Научить детей прыгать в длину с разбега 180 – 190 см. Продолжать закреплять навык расчёта на 1-2-3 и перестроения из одной шеренги в три и обратно. Закрепит навык расчёта на 1-2-3 и перестроению из одной шеренги в две и три шеренги. Совершенствование навыка ходьбы: (обычная, на носочках, приставным шагом спиной вперёд, со сменой направления по сигналу); бега: (боковой галоп левым боком и правым боком, ногами вперёд, со средней скоростью 80-120 метров 2-4 раза в чередовании с ходьбой). Развивать произвольность в игре «Корзинка». Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «-Весна-красна-...», ОРУ у шведской стенки. Работа над развитием дыхания и голоса «Укачивание М-М-М». Развивать беговую выносливость, меткость, силу, ловкость, слаженность в движениях в Р.Н.И. «Заря - заряница». Воспитывать красоту и грациозность движений в И.М.П. «Море волнуется».</p>
2 неделя	<p>Учить детей свободно балансировать на набивном мяче весом 3 кг. Продолжать учить детей ведению мяча в разных направлениях с разной скоростью по сигналу. Закрепит навык лазанью по верёвочной лестнице разноимённым способом. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, крестным шагом, с остановкой по сигналу, полу присед); бега: (лёгкий, змейкой, крестным шагом, с остановкой по сигналу, с за хлестом ног назад); перестроения: (из одного круга в два и три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Эй, ребята, что вы спите»,</p>	<p>Учить детей прыжкам на тренажере «кузнечик», фиксируя внимание на высоту прыжка. Продолжать учить детей свободно балансировать на набивном мяче весом 3 кг, ведению мяча в разных направлениях с разной скоростью по сигналу. Совершенствовать навык метания набивного мяча весом 1 кг. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, крестным шагом, с остановкой по сигналу, полу присед); бега: (лёгкий, змейкой, крестным шагом, с остановкой по сигналу, с за хлестом ног назад); перестроения: (из одного круга в два и три). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Два щенка, щека, к щеке...», «Пять телят», ОРУ с мешочками. Работа над</p>



	«Дружба», ОРУ с галстуками. Работа над развитием дыхания и голоса «Петух». Развивать выносливость, произвольность, координационные способности, силу ловкость в П./И «Корзинка», «Олени». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки и переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной, посредством И.М.П. «День и ночь».	развитием дыхания и голоса «Собачка». Развивать выносливость, произвольность, координационные способности, силу ловкость в П./И «Корзинка», «Олени». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки и переходить от бурной двигательной деятельности к спокойной посредством И.М.П. «День и ночь» посредством музыкального сопровождения.
3 неделя	Продолжать знакомить детей с легкоатлетическим снарядом кольца, выполнять элементарные упражнения на них, вис на кольцах поднимание прямых ног под углом 90 градусов. Закрепить навык лазанья по «чудо лестнице» любым удобным способом. Совершенствовать навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шеренгой с одной стороны зала на другую, с поворотом вокруг себя и обратно); бега: (лёгкий, змейкой, крестным шагом, с остановкой по сигналу, с захлестом ног назад); перестроение: (расчёт на 1-2-3 и перестроение из одной шеренги в 3). Развивать беговую выносливость в беге в быстром темпе 10 м. 3-4 раза с преодолением препятствий, перепрыгивая через барьеры. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «День стоял весёлый», ОРУ с теннисной ракеткой. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем на выдохе квадрат отрывисто». Развивать честность, быстроту реакции, произвольность, ловкость, внимание в П./И «Салки - замиралки», «Дед Мазай». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки.	Закрепить навык метания в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4-5 метров. Совершенствовать навык спрыгивания с предмета высотой 40 см. Совершенствовать навыка ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, шеренгой с одной стороны зала на другую, с поворотом вокруг себя и обратно); бега: (лёгкий, змейкой, крестным шагом, с остановкой по сигналу, с за хлестом ног назад); перестроение: (расчёт на 1-2-3 и перестроение из одной шеренги в 3). Развивать беговую выносливость в беге в быстром темпе 10 м. 3-4 раза с преодолением препятствий, перепрыгивая через барьеры. Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Мы писали, мы писали...», ОРУ с теннисной ракеткой. Работа над развитием дыхания и голоса «Рисуем на выдохе квадрат плавно». Развивать честность, произвольность, быстроту реакции, ловкость, внимание в П./И «Салки - замиралки», «Дед Мазай». Воспитывать у детей чувство радости и удовлетворение от полученной двигательной нагрузки посредством музыкального сопровождения.
4 неделя	Продолжать учить детей балансировать на большом набивном мяче весом 3 кг. Развивать прыжковую выносливость в длину с места расстояние не менее 100см., беговую в беге на	Совершенствовать навык детей балансировать на большом набивном мяче весом 3 кг, метания вдаль на расстоянии не менее 6-12 метров. Развивать прыжковую выносливость в длину с места расстояние не

<p>скорость 30 м. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, змейкой, по диагонали, с наклоном вправо, влево, с остановкой по сигналу); бега: (на скорость 30 метров). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «Возле реки...», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Песенка Солнечный круг со звуком ААА». Развивать согласованность движений в парах, произвольность в П./И «Корзинка», «Выбивала», «Штандер, штандер». Воспитывать интерес к занятиям спортом.</p>	<p>менее 100см., беговую в беге на скорость 30 м. Совершенствовать навык ходьбы: (обычная, на носочках, на пятках, змейкой, по диагонали, с наклоном вправо, влево, с остановкой по сигналу); бега: (на скорость 30 метров). Развивать общую, мелкую и артикуляционную моторику «На ромашки – две букашки», ОРУ с кубиками. Работа над развитием дыхания и голоса «Перо». Развивать согласованность движений в парах, произвольность в П./И «Корзинка», «Выбивала», «Штандер, штандер». Воспитывать интерес к занятиям спортом, положительное отношение к выполнению движений по музыкальное сопровождение.</p>
--	---