

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Тольятти «Классическая гимназия № 39»
структурное подразделение детский сад «Жемчужинка»

ПРИНЯТА

педагогическим советом
протокол № 1
от «20» сентября 2016 г.



Рабочая программа
инструктора по физической культуре Спициной М.Н.
дошкольные группы
(с 3-х до 7-и лет)

Содержание:

I. Пояснительная записка.

1. Характеристика возрастных особенностей детей группы.
2. Особенности организации образовательного процесса.
3. Программно-методический комплекс образовательного процесса.
4. Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей группы.
5. Перечень нормативных документов.

II. Основная часть.

1. Возраст детей (группа).
2. Календарно – тематическое планирование.
3. Расписание организованной образовательной деятельности.
4. Содержание образования с учетом требований ФГОС ДО.
5. Модель организации образовательной деятельности в группе.
6. Условия и средства реализации РП.
7. Оценка индивидуального развития.
8. Взаимодействие с родителями.
9. Список литературы.
10. Приложение.

I. Пояснительная записка.

Повышение качества и доступности образования – важнейшая задача модернизации системы образования, поставленная в рамках приоритетного национального проекта «Образование» правительством Российской Федерации. Модернизация системы дошкольного образования, как определено в концепции долгосрочного социально-экономического развития РФ на период до 2020г., является основой экономического роста и социального развития общества, фактором благополучия граждан и безопасности страны. Она затрагивает структуру, содержание, технологии воспитания и обучения на всех уровнях образовательной системы.

На современном этапе развития общества происходит модернизация содержания дошкольного образования. Сегодня каждой дошкольной образовательной организации предоставляется возможность стать самостоятельной как в финансовой, так и педагогической деятельности. Целостность педагогического процесса в ДОО обеспечивается реализацией основной общеобразовательной программы, определяющей новое представление о развитии ребёнка, в том числе и физическом. Формирование здоровья ребёнка в ДОО, уровень его физической подготовленности, объём приобретаемых двигательных умений зависит от того, какими программами пользуются его педагоги при составлении своих рабочих программ.

Программа спроектирована Спицыной Мариной Никодимовной с учетом ФГОС ДО, особенностей образовательного учреждения, региона, образовательных потребностей и запросов воспитанников. Она определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию педагогического процесса физического развития для детей дошкольного возраста (3-7лет).

Данная рабочая программа разработана в соответствии со следующими основными нормативно – правовыми документами:

- Федеральным законом №273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17.10.2013г.).

Содержание рабочей программы по физическому развитию дошкольников полностью соответствует содержанию образовательной области «Физическое развитие».

Программа реализуется

- в непосредственно образовательной деятельности, совместной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, где ребёнок осваивает, закрепляет и апробирует полученные умения;
- в самостоятельной деятельности детей, где ребёнок может выбрать деятельность по интересам, взаимодействовать со сверстниками на равноправных позициях, решать проблемные ситуации и др.;

- во взаимодействии с семьями детей.

Срок реализации программы - 1 учебный год (с 1 сентября по 1 июля).

Цель программы: позитивная социализация ребёнка, создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей, укрепления здоровья детей дошкольного возраста в ДОО путём повышения физиологической активности органов и систем детского организма.

Общеобразовательные задачи:

- Охрана жизни и укрепление здоровья ребёнка;
- Закаливание организма с целью укрепления сердечно-сосудистой и нервной систем, улучшение деятельности органов дыхания, обмена веществ в организме.
- Создание условий для целесообразной двигательной активности детей.
- Непрерывное совершенствование двигательных умений и навыков с учётом возрастных особенностей.
- Формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия.
- Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, координации, умения сохранять равновесие.
- Формирование широкого круга игровых действий.
- Воспитание интереса к активной двигательной деятельности и потребности в ней.
- Ежедневное использование таких форм работы по физическому развитию детей, как утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, оздоровительный бег, дыхательная гимнастика, физические упражнения, игры соревнования самостоятельная двигательная деятельность на прогулке.

В основу деятельности положены следующие принципы дошкольного образования:

- Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка.
- Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником образовательных отношений.
- Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.
- Сотрудничество ДОО с семьёй.
- Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
- Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности.
- Возрастная адекватность дошкольного образования.
- Учет этнокультурной ситуации развития детей.

1. Характеристика возрастных особенностей детей.

Возрастные особенности детей 1 младшей группы (с 2 до 3 лет)

Дети третьего года самостоятельные. У них развивается предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребенка и взрослого; совершенствуется восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление. Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Развиваются соотносящие и орудийные действия. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта для подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка.

В ходе совместной со взрослыми предметной деятельности развивается понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети осваивают названия окружающих предметов, выполняют простые словесные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации.

Количество понимаемых слов значительно возросло. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который понимает 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 составляет примерно 1000-1500 слов.

К концу третьего года жизни речь является средством общения ребенка со сверстниками. В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Игра носит процессуальный характер, главное в ней — действия, которые 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. Дети изображают человека в виде «головонога» — окружности и отходящих от нее линий.

На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, малыши безошибочно выполняют ряд заданий: осуществляют выбор из 2-3 предметов по форме, величине и цвету; различают мелодии; поют.

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

Дети этого возраста не осознают мотивов, импульсивны, чувства и желания зависят от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

Возрастные особенности группы младшего возраста (с 3 до 4 лет)

В возрасте 3-4 лет общение становится внеситуативным. Взрослый является для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте. Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки более детализированы. Дети уже используют цвет. Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Младшие дошкольники под руководством взрослого лепят простые предметы. Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации. Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу. 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 воспринимают до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, дифференцируют предметы по величине, ориентируются в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса — и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети запоминают 3-4 слова и 5-6 названий предметов. К концу младшего дошкольного

возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники устанавливают некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других. Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они усваивают относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей. Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте наблюдаются устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте наблюдается соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Возрастные особенности группы среднего возраста (с 4 до 5 лет)

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли меняются. Игровые действия выполняются не ради них самих, ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Значительно развивается изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезают ножницами, наклеивают изображения на бумагу и т.д. Усложняется конструирование. Постройки включают 5-6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений.

Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они называют форму, на которую похож тот или иной предмет. Вычленяют в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздают сложные объекты. Дети упорядочивают группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделяют такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве. Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, заучивают небольшое стихотворение и т.д.

Начинает развиваться образное мышление. Дети используют простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники строят по схеме, решают лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа. Для детей этого возраста особенно характерны известные феномены Ж. Пиаже: сохранение количества, объема и величины.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети самостоятельно придумывают небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Детям доступна сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Они удерживают в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь является предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы. Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении со взрослым — внеситуативный. Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим является познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес.

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.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Детям свойственна конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствования восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками, дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

Возрастные особенности группы старшего возраста (с 5 до 6 лет)

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей иногда возникают конфликты, связанные субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» — зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства. Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. Рисунки самые разные по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрастрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематические изображения различных объектов, но некоторые отличаются оригинальностью композиционного решения, передают статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют разные

детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности. Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (в этом случае ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художественного образа к природному материалу (в этом случае ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до 10 различных предметов. Однако иногда дети испытывают трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

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 вступят во взаимодействие и т.д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т.д. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов учитывают два признака: цвет и форму (материал) и т.д. Дети

старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение активно развивается лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни. Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы. Развивается связная речь. Дети пересказывают, рассказывают по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы. Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ.

Возрастные особенности группы подготовительного возраста (с 6-и до 7-и лет)

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т. д. Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Так, ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупатель-шофер и т. п. Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Например, исполняя роль водителя

автобуса, ребенок командует пассажирами и подчиняется инспектору ГИБДД. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия и т.п. Девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т.д. Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т.д. Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежду украшают различными деталями. При правильном педагогическом подходе у детей формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности. Дети подготовительной к школе группы в значительной степени освоили конструирование из 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. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки. Дети быстро и правильно подбирают необходимый материал. Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям. В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывают собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям — он важен для углубления их пространственных представлений. Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые передают сложные отношения, включают фигуры людей и животных.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков. Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Это легко проверить, предложив детям воспроизвести на листе бумаги образец, на котором нарисованы девять точек, расположенных не на одной прямой. Как правило, дети не воспроизводят метрические отношения между точками: при наложении рисунков друг на друга точки детского рисунка не совпадают с точками образца.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети активно употребляют обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д. В результате правильно организованной образовательной работы дошкольников развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

2. Особенности организации образовательного процесса.

Организация деятельности взрослых и детей по реализации и освоению программы осуществляется в четырех основных моделях организации образовательного процесса:

- образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов;
- самостоятельной деятельности детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации программы.

Построение образовательного процесса основывается на адекватных возрасту формах работы с детьми. Выбор форм работы осуществляется педагогом самостоятельно и зависит от индивидуальных особенностей, эмоционального состояния ребенка (группы детей).

Образовательная нагрузка представлена в виде учебного плана и рассчитывается исходя из норм СанПиНа и требований ФГОС ДО. Учитывая специфику дошкольного образования – отсутствие предметного характера содержания образования на данной ступени, реализацию образовательных областей через детские виды деятельности, - учебный план представляет

собой сетку непосредственно образовательной деятельности и образовательной деятельности в режимных моментах в течение дня с распределением времени на основе действующего СанПиНа.

При организации образовательного процесса необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, при этом следует решать поставленные цели и задачи, избегая перегрузки детей, на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному минимуму. Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели.

Построение всего образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Выделение основной темы недели не означает, что абсолютно вся деятельность детей должна быть посвящена этой теме. Цель введения основной темы недели – интегрировать образовательную деятельность и избежать неоправданного дробления детской деятельности по образовательным областям.

Основным фактором интеграционного процесса выступает интеграция не только образовательных областей, но и основных видов деятельности детей дошкольного возраста. Деятельность как психологическая основа интеграции способна объединять внутри себя разрозненные компоненты и обеспечить необходимые условия для появления нового образовательного продукта, в создание которого включены и педагоги, и дети, и родители.

Воспитатель может варьировать комплексно – тематическое планирование по каждой теме по своему усмотрению.

3. Программно – методический комплекс образовательного процесса.

Основная образовательная программа – образовательная программа дошкольного образования МБУ гимназии № 39 «Классическая» структурного подразделения Детского сада «Жемчужинка» городского округа Тольятти.

4. Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей группы.

Содержание Программы определяется в соответствии с направлениями развития ребенка, соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач.

Воспитание и обучение осуществляется на русском языке - государственном языке России.

Формы работы по образовательным областям:

направления развития и образования детей (далее - образовательные области):	Формы работы	
	Младший дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
Физическое развитие	• Игровая беседа с элементами движений • Игра • Утренняя гимнастика • Интегративная деятельность • Упражнения • Экспериментирование • Ситуативный разговор • Беседа • Рассказ • Чтение • Проблемная ситуация	• Физкультурное занятие • Утренняя гимнастика • Игра • Беседа • Рассказ • Чтение • Рассматривание • Интегративная деятельность • Контрольно-диагностическая деятельность • Спортивные и физкультурные досуги • Спортивные состязания • Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера • Проектная деятельность • Проблемная ситуация

Формы организации организованной образовательной деятельности:

- в дошкольных группах - подгрупповые, фронтальные.

Используются следующие технологии:

- здоровьесберегающая технология;
- технология проектного обучения;
- игровые технологии, проблемное обучение, коммуникативные технологии.

Оптимальное сочетание различных видов ежедневных занятий физическими упражнениями и подвижными играми помогает обеспечить рациональную двигательную активность детей. Необходимо предусмотреть такое соотношение всех форм работы по физическому воспитанию в течение года, квартала, месяца, дня, которое способствует решению образовательных, воспитательных, образовательных задач в сочетании с развитием физических качеств, совершенствованием функциональной деятельности детского организма, повышением его работоспособности.

Утренняя гимнастика

Утренняя гимнастика проводится ежедневно. Ее продолжительность составляет от 5 до 12 минут. В процессе проведения гимнастики рекомендуется использовать различные виды ходьбы и бега, игровые подражательные движения, Общеразвивающие упражнения, подвижные игры, игры с речевым сопровождением, ритмическую гимнастику, а также потешки, небольшие стихотворения и считалки. Для создания положительного эмоционального фона, хорошего, бодрого настроения у детей возможно использование музыкального сопровождения.

Физические упражнения

Основной формой работы по физическому развитию детей является физические занятия – специально организованная образовательная деятельность по физической культуре. Они проводятся 3 раза в неделю (2 раза в неделю – в физкультурном зале, 1 раз в неделю – на прогулке), в остальные дни недели во время утренней и вечерней прогулок используются комплексы подвижных игр и упражнений или отдельных игр. При организации организованной образовательной деятельности по физическому развитию учитываются возрастные особенности детей.

Продолжительность занятий от 15 до 35 минут. В процессе физкультурных занятий включаются разнообразные виды основных движений: ходьба, бег, прыжки, катание, бросание, ловля, метание, ползание, лазание; упражнения на равновесие и координацию движений. Используются следующие виды упражнений: строевые, общеразвивающие, спортивные; танцевальные, различные подвижные и спортивные игры и упражнения.

Физкультминутка

Физкультминутка проводится в интервалах между занятиями и во время занятий, требующих высокой умственной нагрузки. Обычная продолжительность физкультминуток – от 1 до 3 минут.

Подвижные игры в помещении и на прогулке

В течение дня в группе организуются подвижные игры с учетом предыдущей деятельности. Содержание и организация подвижных игр соотносятся с местом проведения, временем года, состоянием погоды, периодом прохождения определенного раздела программного материала. Важно, чтобы каждый ребенок в течение дня принял участие в организованной воспитателем подвижной игре. Необходимо гибко сочетать фронтальную и групповую организацию детей.

Прогулки

Ежедневная продолжительность прогулки детей должна составлять не менее 4-4,5 часов. Она организуется 2 раза в день; в первую половину дня – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. Один раз в неделю во время прогулки проводится физкультурное занятие. В остальные дни недели воспитателем на прогулке организуются физические упражнения и подвижные игры.

Самостоятельная двигательная деятельность

Цель – повышение двигательной активности детей в течение дня.

Поощряется самостоятельная двигательная деятельность детей. Она основана на полной свободе выбора игр и упражнений каждым из детей. Для этого в групповых помещениях и на прогулочных площадках выделены места для физических упражнений и подвижных игр, созданы соответствующие условия. Атрибуты для п/и, физкультурное оборудование для упражнений присутствует в группе в необходимом количестве. Для активизации самостоятельной деятельности прогулке выносятся разнообразный инвентарь: игрушки, мячи, обручи, маски, султанчики и т.п. При этом учитываются возрастные и индивидуальные психофизические особенности детей, состояние их здоровья, физическая подготовленность, интересы воспитанников, на прогулке особое внимание обращается на погодные условия.

Физкультурные досуги и праздники

Активный отдых дошкольников строится на знакомом детям двигательном материале. Проводится с целью создать детям хорошее настроение и доставить радость, дать каждому ребенку возможность проявить свои способности, научить дружно взаимодействовать со сверстниками, приобщить к соревновательной деятельности. Физкультурные досуги проводятся 1 раз в месяц. Длительность досугов 20-40 минут. Физкультурные праздники проводятся дважды в год – зимой и летом, как правило на свежем воздухе. Продолжительность физкультурных праздников может составлять до 1 часа.

Коррекция нарушений речи проводится с учетом ведущей деятельности. У детей дошкольного возраста она осуществляется в процессе игровой деятельности, которая становится средством развития аналитико-синтетической деятельности, моторики, сенсорной сферы, обогащение словаря, усвоения языковых закономерностей, формирование личности ребенка. С этой целью широко используются следующие методы.

Практические методы

Практические методы применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений.

Повторение упражнений

Сначала, чтобы создать мышечные ощущения, целесообразно повторять упражнения без изменения и в целом. На фоне такого целостного выполнения идет освоение элементов техники.

Проведение упражнений в игровой форме

Этот метод применяется для закрепления двигательных навыков и развития физических качеств в изменяющихся условиях (например, внезапные изменения ситуаций по ходу игры побуждают действовать быстрее, более ловко).

Проведение упражнений в соревновательной форме

При выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм ребенка, 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.).

Но соревновательным методом следует пользоваться осторожно. Он может вызвать сильное нервное возбуждение, отрицательно сказаться на самочувствии и поведении детей.

Наглядные методы

К этой группе методов относятся: показ физических упражнений, использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, диафильмы и т.д.), имитации (подражания), зрительные ориентиры (предметы, разметка зала), звуковые сигналы.

Словесные методы

К данной группе методов относятся: название упражнений, описание, объяснения, указания, расположения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и другие.

В работе с детьми словесные методы сочетаются и используются вместе с практическими и наглядными. Словесные методы активизируют мышление ребенка, внимание, память, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.

Известно, что временные связи устанавливаются в коре головного мозга быстрее и прочнее, когда мышечно-двигательный раздражитель сочетается с речедвигательным. Благодаря такому сочетанию в дальнейшем легко удастся оживить след зрительного образа движения путем оживления следа словесного обозначения (название упражнения вызывает отчетливое представление о нем). И наоборот, при наблюдении за выполнением физических упражнений оживляется след словесного обозначения. Таким образом, словесные обозначения могут быть такими же раздражителями, как и физические упражнения.

С помощью слова детям сообщают знания, дают задания, повышают интерес к выполнению, анализируют и оценивают достигнутые результаты.

Совместная деятельность со всей группой детей:

- игровая деятельность (2 раза в неделю – в зале, 1 раз в неделю – на улице);
- утренняя адаптационная гимнастика и оздоровительная гимнастика после сна;
- физкультминутка;
- оздоровительный бег;
- мероприятия активного отдыха (физкультурные досуги – 1 раз в месяц, спортивные праздники – 2 раза в год; дни здоровья).

Совместная деятельность с одним ребенком:

- игровая пропедевтика (с детьми, которые не могут овладеть программой при фронтальных методах обучения);
- игровые занятия с детьми, имеющими отставание в физическом развитии по ряду причин.

Работа с семьей основывается на привлечении родителей к полноценному участию в образовательной деятельности ДОО:

- выступление на родительских собраниях с опытом работы по оздоровлению детей средствами физической культуры;
- просмотр физкультурно-оздоровительных мероприятий и их анализ;
- участие в тематических досугах и праздниках.

Вариативность совместной деятельности с детьми:

- классическая структурная;
- сюжетно-ролевая;
- музыкально-ритмическая;
- познавательная (фольклор, Олимпийское движение, КВН и др.);
- интегрированная;
- игровая (на основе подвижных игр).

Организация развивающей предметно-пространственной среды

Рациональная предметно-пространственная развивающая среда в физкультурном зале способствует решению как специфических задач целенаправленного развития моторики детей, так и задач их всестороннего гармоничного развития и формирования личности. Предметное окружение в физкультурном зале имеет огромное значение для развития активности детей, формирования их инициативного поведения, творчества, развития речи. Все предметы, применяются в педагогическом процессе, выполняют двоякую функцию: с одной стороны, это объекты разнообразной двигательной деятельности детей, с другой - это средства для создания полноценных условий воспитания детей, их физического и психического развития. Развивающая роль развивающей среды заключается в том, что она стимулирует поисковую активность ребенка, побуждает к действенному познанию мира предметов, явлений, а также человеческих отношений и самого себя, своих сил и возможностей.

При организации предметно-пространственной развивающей среды в физкультурном зале для детей групп компенсирующей направленности с нарушениями речи (общим недоразвитием речи) руководствуются их возрастными и психологическими особенностями. Исходя из того что такие дошкольники отличаются плохой координацией движений, недостаточным развитием ручной и общей моторики, пространственная организация среды должна одновременно и обеспечивать безопасность, и стимулировать двигательную активность. Обстановка физкультурного зала уравнивает эмоциональный фон каждого ребенка, способствует его эмоциональному благополучию.

5. Перечень нормативных документов.

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

- приказ Минобрнауки России от 30.08.2013г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- приказ Минобрнауки России от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- нормативные документы регионального и муниципального уровня;
- основная образовательная программа – образовательная программа дошкольного образования МБУ гимназии № 39 «Классическая» структурного подразделения Детского сада «Жемчужинка» городского округа Тольятти.

II. Основная часть.

1. Возраст детей (группа).

2 младшие группы (3-4 года)

Средние группы (4-5 лет)

Старшие группы (5-6 лет)

Подготовительные группы (6-7 лет)

2. Календарно – тематическое планирование.

Комплексно-тематическое планирование на год разработано рабочей группой МБУ гимназии № 39 «Классическая» структурного подразделения Детского сада «Жемчужинка» в январе 2013г.

Месяц	Неделя	Тема
Сентябрь	1	Мониторинг
	2	Мониторинг
	3	Здравствуй, детский сад!
	4	Моя семья
Октябрь	1	Осень, осень в гости просим!
	2	Леса — всей Земли краса! (деревья)
	3	Овощи и фрукты — здоровые продукты
	4	Беличья кладовая (грибы и ягоды)
Ноябрь	1	Вот уж последняя стая крыльями машет вдали (дикие птицы)
	2	Кто в птичнике живет? (домашние птицы)
	3	Животные домашнего подворья (домашние животные)
	4	Жизнь замечательных зверей (дикие животные)
Декабрь	1	Идет волшебница зима!
	2	Зимние забавы
	3	В гостях у сказки
	4	Здравствуй праздник, Новый год!
Январь	2	Каникулы
	3	Дом, в котором я живу (мебель, бытовая техника...)
	4	Федорино горе (посуда, продукты питания...)
	5	Цветик — семицветик (комнатные растения)
Февраль	1	Я - человек
	2	
	3	Защитники Отечества
	4	Миром правит красота (одежда, обувь, головные уборы...)

Март	1	У мамы руки золотые...
	2	Подводный мир (рыбы, животные...)
	3	В окно повеяло весной
	4	От кареты до ракеты (транспорт)
	5	Моя любимая игрушка
Апрель	1	Если хочешь быть здоров!
	2	Приведем в порядок планету (космос)
	3	Город мастеров
	4	Широка страна моя родная
Май	1	Мониторинг
	2	Мониторинг
	3	Путешествие в мир насекомых

(Приложение 1)

3. Расписание организованной деятельности.

(Приложение 2)

4. Содержание образования с учетом требований ФГОС ДО.

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

Используемые вариативные программы дошкольного образования и методические пособия

Автор	Название	Издательство, год издания
Л.И.Пензулаева	Физическая культура в детском саду	М.: Мозаика-Синтез, 2014.
Н.В.Полтавцева	Физическая культура в дошкольном детстве	М.: Просвещение, 2007.
Г.А.Хацкалева	Организация двигательной активности дошкольников с использованием логоритмики.	СПб.: Детство-Пресс, 2013.

Е.Ю. Александрова	Оздоровительная работа в ДОУ по программе «Остров здоровья»	Волгоград: Учитель, 2007.
Под ред. М.Л.Лазарева	Здравствуй! Оздоровительно-развивающая программа для ДОУ	М.: Мнемозина, 2004.
Т.Е.Харченко	Бодрящая гимнастика для дошкольников.	СПб.: Детство-Пресс, 2012.
Т.Е.Харченко	Организация двигательной деятельности детей в детском саду.	СПб.: Детство-Пресс, 2010.
Н.А.Фомина	Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика.	М.: Баласс, 2008.
И.Е.Аверина	Физкультурные минутки в детском саду.	М.: Айрис-пресс, 2011.
Л.А.Уланова, С.О.Иордан	Методические рекомендации по организации и проведению прогулок детей 3-7 лет.	СПб.: Детство-Пресс, 2008.

Содержание работы по физическому развитию:

Дети младшего дошкольного возраста отличаются большой двигательной активностью. Она объясняется в большой мере функциональным удовольствием от выполнения разнообразных доступных ребенку движений и эмоционально-положительным контактом со взрослыми. В этом возрасте происходит интенсивное становление и развитие циклических основных движений. Ввиду частого их использования быстро формируется двигательный навык. Поэтому важно, чтобы младшие дошкольники овладели правильным выполнением тех элементов, которые оказывают существенное влияние на состояние и формирование различных органов и систем. Так необходимо приучать детей ходить и бегать мягко, легко, не топая, прыгать, мягко приземляясь.

При положительно-эмоциональном общении со взрослым ребенка можно побудить осуществлять движение многократно, но очень быстро снижается скорость и качество. Это объясняется тем, что нагрузка при выполнении одного и того же движения падает только на определенные мышечные группы, работоспособность которых не велика. Перевод нагрузки на другие мышечные группы позволит увеличить время двигательной активности ребенка. Поэтому целесообразно при разучивании движений ограничиваться 4-6 повторениями. При таком небольшом количестве выполнений для усвоения движения, его автоматизации нужно возвращение к разучиваемому. В связи с этим следует отдавать предпочтение небольшому объему движений, достигая правильного выполнения основ двигательного действия, учитывая, что младшие дошкольники с интересом относятся к знакомым движениям, так как наступает удовлетворение от умелости, свободы, самостоятельности, повышения активности. Постепенно это же движение с небольшим варьированием можно включать в другие образцы («голуби», «воробьи», «самолеты» и т.д.), в осуществление на другом пособии,

оборудовании/перешагивание через шнур, кубики, обручи, мячи и т.д.; подлезание под шнур, дугу, между ножками стула и стульчика, под рейкой гимнастической стенки и т.д./. при небольшом количестве повторений обеспечить тренирующее воздействие движений на сердечно-сосудистую и дыхательную систему, содействовать правильному формированию тела можно через точную передачу направления, амплитуды и других параметров физического упражнения, через воздействия на определенные мышечные группы, тем самым достигая большего мышечного напряжения.

Однако, учитывая, что степень развития волевых черт характера и произвольного поведения у детей 4-го года жизни не высока, большое значение приобретает мотивация, игровые приемы, которые помогают не только осознать и подчиниться требованиям к правильному выполнению физических упражнений, но и создают положительно-эмоциональный фон для побуждения к двигательной деятельности, для возбуждения к двигательной деятельности.

Передача точного направления перемещения различных частей тела относительно оси связана с усвоением эталонов направления, которое происходит в течение дошкольного возраста. На 4-ом году жизни детей прежде всего усваивают ориентировку в пространстве/ вперед -это сюда, а назад – сюда, вот так – вниз, а вот так- вверх и т.д./, затем могут точно передать направление движения на уровне предэталонных / в сторону- «полочка», вперед – «линеечка» и т.д./, но им еще трудно овладеть способами определения правильности передачи направления /в сторону, когда рука идет от плеча по прямой, не опускаясь и не поднимаясь/. Они еще не воспринимают эталон как образец, с которым надо сопоставлять свои действия. Однако для формирования представлений о параметрах движения необходимо соответствующие мышечные ощущения обозначать точно словами /когда руки держишь ровно, как «полочку, на которой стоит ваза и не падает», - это руки в стороны и т.д./. усвоение различных параметров физических упражнений необходимо включать через движения рук, а затем уже переносить на движения другими частями тела. Так складываются условия к постепенному переходу выполнения движения только по называнию параметров, особенно при осуществлении уже ранее разученных двигательных действий, к внесению изменения по ходу выполнения. Выделение словом тех или иных качеств физических упражнений будет, содействовать осознанному восприятию движения в целом и его составных элементов.

Понимание качеств знания базируются на имеющихся представлениях, приобретенных их разных источников. Так амплитуда движений, связь величины двигательных действий происходит эффективнее, если сообщаемые конечностей с темпом и амплитудой выполнения движений хорошо осознается при сравнении действий животных разной величины /у воробья крылья маленькие, он машет ими часто; у голубя крылья больше он машет ими медленнее, но движения широкие, размашистые/. Можно сравнить и предложить передать движения из сказки «Три медведя» /движения Михаила Ивановича, Настасьи Петровны и Мишутки/ и т.д.

Обучение двигательным действиям с широким использованием имитации и обозначения словом движений и их составных компонентов, с опорой на мыслительные операции /сравнение, анализа т т.д./ содействуют не только физическому, но и активному психическому развитию младших дошкольников. Построение обучения только на основе показа, как нередко рекомендуется в

методической литературе, ставит ребенка в тесную зависимость от наставника и содействует, главным образом, развитию тела. У детей на четвертом году жизни может сложиться образ нового движения по слову, если оно состоит из знакомых элементов, или новое является вариантом известного и если есть опыт воспроизведения движения по слову.

Многократное правильное осуществление элементов движения и двигательного действия в целом приведет к их постепенной автоматизации, а в дальнейшем усвоенные движения будут служить основой для овладения техникой выполнения более сложных движений, не будет необходимости переучивать детей. Поэтому особое внимание должно быть уделено составлению программы, в которой обучение элементам двигательного действия опирается на имеющийся двигательный опыт и постепенно его расширяет, подводит к обобщениям, способствует переносу имеющихся умений на их правильное выполнение в других движениях.

Пропорционально большая голова у детей младшего дошкольного возраста оказывает влияние на выполнение движений. Наклон головы вперед приводит к частой потере равновесия, к растягиванию мышц спины и без соответствующей целенаправленной работы это может привести к сутулости.

Все вышесказанное определяет основные направления работы в области физической культуры:

Решение оздоровительных задач:

- повышение приспособляемости и работоспособности органов и систем растущего организма;
- закаливание организма, профилактика простудных заболеваний;
- обеспечение пропорционального развития всех мышечных групп;
- развивать функцию равновесия, упражнять в передвижении по уменьшенной площади опоры, в сохранении равновесия после выполнения прыжков, в беге по естественным грунтам;
- развивать координацию движений рук и ног при выполнении ходьбы, бега.

Решение образовательных задач:

- сформировать правильные навыки выполнения основных движений, важных элементов сложных движений;
- содействовать овладению эталонами направления, различению амплитуды движений, темпа, напряжения и т.д.;
- развивать у детей гибкость, ловкость, быстроту, выносливость, силу и такие способности, как равновесие и координацию движений;
- приучать детей к действию по плану, представленному двумя пунктами: приготовиться – выполнить.

Решение воспитательных задач:

- поддерживать интерес к двигательной деятельности, умение передавать в движениях знакомых животных и другие объекты окружающей действительности, отражая существенные признаки;
- воспитывать желание участвовать в организованных формах работы по физической культуре совместно с другими детьми;
- подчинять свое поведение правилам в подвижных играх.

Приобщение к двигательной культуре

Виды движений	Умения	Знания	Упражнения
Ходьба	Ходить мягкой поступью, не топая, используя перекат с пятки на всю стопу, не шаркая ногами. Держать голову прямо, сохраняя правильную осанку, энергично двигать руками вперед-назад, согласуя движения рук и ног.		<i>Ходьба разными способами:</i> На носках, с высоким подниманием ног, приставным шагом вперед и в стороны. <i>С разным пространственным расположением:</i> в колонну, врассыпную, парами (держась за руки, не держась за руки), между предметами, по кругу, держась за руки, в одном и другом направлении. <i>Сочетание ходьбы с разными движениями:</i> Бегом, прыжками, подлезанием. <i>С заданиями:</i> с остановкой по сигналу, приседанием, поворотами. <i>С изменением темпа.</i> <i>С преодолением препятствий:</i> перешагивая через линии, шнуры, кубики, мячи и т.д., регулируя ширину шага.
Бег	Бегать легко, не топая, голову держать прямо, энергично двигать согнутыми в локтях руками вперед-назад, дышать носом.	Бег будет легким, если ставить ноги на переднюю часть стопы («на подушечки, как кошечка»).	<i>Бег разными способами:</i> обычный, на носках, с высоким подниманием ног. <i>С разным пространственным расположением:</i> в колонне, врассыпную, бег в прямом направлении с одной стороны площадки на другую, по кругу (вдоль разложенного шнура), между предметами, со сменой направлений, парами, держась за руки. <i>Сочетать бег с разными движениями:</i> ходьбой, прыжками, подлезанием. <i>С заданиями:</i> остановка по сигналу, приседанием, поворотами. <i>С изменением темпа:</i> ускорением,

			замедлением (поезд, автобус), убегая, догоняя. <i>Бег на выносливость: 60 сек. В медленном темпе (160 м.).</i>
Прыжки	Приземляться одновременно на две полусогнутые ноги, перекатом с носка или пятки на всю ступню; отталкиваться одновременно двумя ногами; принимать правильное и.п. для ног и туловища: ноги расставлены, полусогнуты в коленях, ступни параллельно.	Сначала надо подготовиться, а потом прыгнуть. Чтобы приземлиться мягко, надо ноги согнуть в коленях и опуститься на переднюю часть стопы («на подушечки»). Прыгнешь дальше, если прочно встанешь (ноги расставлены) и сильнее оттолкнешься ногами. Когда ноги расставлены, то стоишь устойчиво.	Прыжки на двух ногах, на месте (к концу года 20х2); с доставанием до предметов, подвешенных чуть выше поднятой руки ребенка; с продвижением вперед; через несколько линий, шнуров, из кружка в кружок, через предметы (h 5 см.); в длину с места (40 см.); спрыгивание с предметов (h 20-25 см.).
Прокатывание, бросание, подбрасывание, перебрасывание, ловля	Правильно принимать и.п. при прокатывании и броске большого мяча двумя руками снизу, от груди, энергично его отталкивать. Принимать и.п. для ног и рук при метании малых предметов снизу, бросать предмет правой и левой рукой, сохраняя при этом определенное направление. Ловить большой мяч, захватывая его с коков, не прижимая его к груди. Подбрасывать мяч перед собой.	Если предмет большой, то его нужно держать двумя руками, а если маленький – одной. Сначала надо подготовиться, а затем бросить. Чтобы бросить большой предмет далеко, надо встать прочно, а для этого ноги нужно расставить, сделать «ровную дорожку». Чтобы принять и.п. при бросании малых предметов, необходимо взять его одной рукой и ту ногу, которая рядом с предметом, отставить назад.	<i>Прокатывание и скатывание большого мяча снизу двумя руками: в прямом направлении, с попаданием в ворота, со сбиванием предмета, друг друга из разных и.п. (стоя, сидя, стоя на коленях).</i> <i>Бросание вдаль большого мяча от груди (не менее 2,5 м.).</i> <i>Метание в горизонтальную цель (1,5-2 м.).</i> <i>Отбивание, ловля мяча: подбрасывание мяча вверх перед собой и ловля; отбивание об пол и ловля; перебрасывание и ловля в паре со взрослым.</i> <i>Прокатывание и метание малых предметов снизу, от плеча одной рукой: в горизонтальную цель (с расстояния 1,5-2 м.), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м. правой и левой</i>

			рукой с расстояния 1,5 м.), вдаль (на расстоянии 2-5 м.).
Лазание	Лазать по гимнастической стенке удобным для ребенка способом до верха, не боясь, не пропуская реек, ставить ногу на середину стопы и захватывать рейку руками круговых хватом.	Понимать, что при подлезании можно задеть головой и спиной. Чтобы не задеть за шнур головой, ее надо опустить, а затем, продвигаясь вперед, голову надо поднять. Когда препятствие высокое, то можно быстрее подлезать только на ногах, наклонив голову и туловище, если препятствие низкое, то надо опуститься на ладони и колени.	<i>Ползание на ладонях и коленях, на ступнях и ладонях:</i> в прямом направлении, в ворота, в разных направлениях, по доске, между предметами, вокруг предмета, по дорожке, по скамейке, по наклонной доске. <i>Подлезание:</i> под шнур, дугу, стулья (h 50 см.). <i>Подлезание на ступнях без помощи рук:</i> под шнур, дугу, обруч (h 50 см.). <i>Подлезание через бревно, лазание по лестнице-стремянке; лазание по гимнастической стенке.</i>
Упражнение в равновесии	Сохранять равновесие при перешагивании в разном темпе, на меньшей площади опоры, с резкой остановкой на сигнал.	Чтобы стоять устойчиво, ноги надо расставить. Легче удержаться, не упасть, если голову держать прямо.	Ходьба по дорожке, доске, скамейке (ширина 15-20 см., длина 2-2,5 м.): обычным шагом, приставным шагом боком; приставляя пятку одной ноги к носку другой, неся на голове мешочек, перешагивая через предметы; перешагивание через рейки, лестницы, положенной на пол; вхождение и спуск по наклонной поверхности (высота 30-35 см.); ходьба и бег в разном темпе с остановкой на сигнал; медленное кружение в обе стороны.
Общеразвивающие упражнения	Передавать точно направление движений на уровне предэталонов и по названию направлений (вперед, назад, в стороны, вверх, вниз). Выполнять однонаправленные, одновременные движения одной частью тела (руками, ногами) и однонаправленные	Ориентироваться и иметь понятие о направлениях движения: вперед, назад, в стороны, вверх, вниз. Знать название часто употребляемых движений: приседание, наклон, поворот, поднятие рук, ног.	<i>Упражнение для рук и верхнего плечевого пояса:</i> поднятие рук на пояс; поднятие и опускание рук в разных направлениях одновременно и опускание их попеременно; поднятие рук поочередно и опускание одновременно. <i>Упражнение для ног:</i> подниматься на носки;

	движения разными частями тела, согласовывая движения рук и ног.		отставлять ногу на носок вперед, назад, в стороны; делать 2-3 приседания подряд; приседать, вынося руки вперед, опираясь руками на колени, обхватывая руками колени и наклоняя голову. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Сидя, захватывать ступнями мешочки с песком. <i>Упражнения для туловища:</i> наклон туловища вперед, наклоны и повороты туловища в стороны из положения стоя, сидя, стоя на коленях; подтягивать согнутые ноги, обхватывая колени руками. Поочередное поднимание ног, из и.п. стоя и лежа; одновременное поднятие прямых ног, из и.п. лежа на спине; повороты на живот, спину в одну и в другую стороны из и.п. лежа; сгибание и разгибание ног одновременно и поочередно; Прогибание туловища из и.п. лежа на животе. Все упражнения выполнять без предметов и с предметами.
--	--	--	---

Построения и перестроения:

Строится в колонну, в круг, в шеренгу подгруппами и всей группой (с помощью воспитателя, по ориентирам, самостоятельно).

Находить свое место в строю, поворачиваться на месте в одну и в другую сторону переступанием. Строиться парами на месте, от определенного места, по ходу движения.

Игры

Подвижные игры с бегом: «Мыши и кот», «Бегите ко мне», «Бегите к флажку», «Поезд», «Трамвай», «Птички в гнездышках», «Солнышко и дождик», «Лохматый пес», «У медведя во бору»;

С прыжками: «Поймай комара», «По ровненькой дорожке», «Воробушки и кот», «С кочки на кочку», «Зайцы и волк», «Воробушки и автомобиль»;

С подлезанием: «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики»;

С бросанием и ловлей: «Брось мешочек дальше», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Лови-бросай, упасть не давай».

На ориентировку в пространстве: «Найди своё место», «Найди, где спрятано».

Спортивные упражнения

Катание на санках: кататься на санках с невысокой горки, катать друг друга.

Скольжение: скользить по ледяным дорожкам при поддержке взрослых.

Ходьба на лыжах: надевать и снимать лыжи, ставить их на место. Передвигаться по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, делать повороты переступанием.

Катание на велосипеде: кататься на трехколесном велосипеде: садиться, педалировать, управлять рулем, сходить с него; ездить по прямой, по кругу, делать повороты вправо, влево.

Плавание: не бояться самостоятельно входить в воду, передвигаться по дну бассейна разными способами (шагом, бегом, прыжками, опираясь на руки) на разной глубине (от колена до пояса). Погружаться в воду, открывать глаза в воде, пытаться лежать на воде, скользить на спине, попеременно выполнять движения ногами (по типу кроль).

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

Образовательная область «Физическая культура»

- Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление движения по желанию или команде;
- Умеет прыгать в длину с места не менее 40 см., энергично отталкиваясь на двух ногах в прыжках;
- Умеет катать мяч с расстояния 1,5 м. по заданному направлению, бросать мяч двумя руками от груди, ударять мяч об пол;
- Подбрасывать мяч вверх 2-3 раза подряд и ловит его.

Образовательная область «Здоровье»

- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни и старается следовать им в своей деятельности;
- Правильно пользоваться предметами личной гигиены (мыло, расческа, полотенце, носовой платок), умывается и моет руки при незначительной помощи взрослого.

Возраст от 4 до 5 лет отличается наибольшей интенсивностью и гармоничностью развития (Г.П. Юрко), значительно увеличивается физическая работоспособность мышц. В этом возрасте наблюдается наиболее интенсивный прирост антропометрических показателей у дошкольников, что должно учитываться при выборе адекватных физических нагрузок.

У детей повышается интерес к новым движениям, они подхватывают предложение выполнить движение, берутся за решение любой двигательной задачи, но не умеют соразмерять свои реальные возможности. Поэтому сложные движения проделывают в общих чертах, а в посильных движениях на основе анализа способны выделять составные элементы, устанавливая их

последовательность. С помощью взрослого способны установить значимость тех или иных элементов в движении, их взаимосвязь (чтобы дальше прыгнуть, надо сильнее оттолкнуться, а для этого надо помочь еще руками, взмахнуть ими).

Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Это позволяет подвести детей к усвоению принципов называния способов выполнения тех или иных двигательных действий (в подлезании-по точкам опоры, в метании-от какой части тела осуществляется бросок и т.д.). Дети средней группы знают названия почти всех частей тела. Наличие потребности в двигательных импровизациях, небольшое наличие шаблонов и знания общих положений становятся благоприятными условиями для проявления детьми самостоятельности и инициативы, при решении двигательных задач.

У детей среднего дошкольного возраста под влиянием обогащающегося индивидуального двигательного опыта, оценки взрослого складывается самооценка при выполнении физических упражнений (М.И. Лисина, А.И. Сильвестру), этот же возраст оказался наиболее восприимчив к оценкам своих сверстников.

На 5-ом году жизни происходит качественный скачок в устойчивости работоспособности (Н.Т. Терехова). Происходящие возрастные изменения благоприятно сочетаются с большой эффективностью педагогических воздействий, направленных на формирование работоспособности именно в этом возрасте. В результате индивидуально-дифференцированного подхода в средней группе удастся нивелировать резкие различия. В работоспособности детей, существенно повысить ее у отстающих ребят (Н.Т. Терехова, Т.С. Яковлева). Появляется способность выполнять работу в течение 15-20 минут непрерывно, хотя в конце работы ее уровень снижается. При этом дети могут собраться, проявить настойчивость, терпение и усилия над собой при достижении результата.

Возникает интерес к результатам движений, правильности их выполнения благодаря развивающейся способности воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Это относится как к выполнению более простых физических упражнений, так и сложных. Наибольший прирост в метании как правой, так и левой рукой у девочек приходится на этот возраст, а у мальчиков в метании левой рукой. Развитие качества движения выступает как необходимое условие увеличения количественных показателей, поэтому в средней группе закладывается фундамент для максимального использования возможностей сензитивного периода в развитии метания с 5 до 6 лет (А.П. Усова).

Интенсивно развивается гибкость, а в старшем дошкольном возрасте темпы прироста результатов снижаются. На 5-ом году жизни наиболее значительно повышается уровень скоростных способностей, что позволяет успешно развивать у детей способность быстро набирать скорость при беге. Из всего дошкольного возраста наиболее выраженные темпы развития

динамической выносливости приходится на среднюю группу (Н.А. Ноткина). Таким образом выявлено, что скоростно-силовые способности и гибкость активно развивается у детей 5-го года жизни.

С помощью моделирования дети могут усвоить общую структуру двигательной деятельности, понять общий способ выполнения физических упражнений и связь «цель-результат»: идеомоторный образ движения, средства достижения цели, способы выполнения двигательных действий, оценка результата выполненного движения (Т.Э. Токаева).

Этот возраст характеризуется возникновением интереса к деятельности сверстников, они уже согласуют свои действия с другими для достижения общей цели. Им доступна организация собственного поведения в соответствии с правилами в подвижных играх.

На основе характеристики возможностей детей 5-го года жизни могут быть сформулированы основные направления работы в области физической культуры:

Оздоровительные задачи:

- содействие увеличению адаптационных способностей и работоспособности детского организма;
- совершенствование функции и закаливание организма детей;
- формированию опорно-двигательного аппарата и воспитание правильной осанки.

Образовательные задачи:

- формировать правильные двигательные умения и навыки выполнения отдельных двигательных действий и в сочетании, развивать умение быстро переходить от выполнения одних движений к другим;
- осознанное овладение движениями, развитие самоконтроля и самооценки при выполнении физических упражнений;
- дать знания о принципах названия разных способов выполнения основных движений;
- содействовать развитию пространственных ориентировок в статике и динамике;
- для обеспечения самоконтроля за правильной осанкой познакомить детей с зависимостью состояния грудной клетки с работой сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- способствовать воспитанию скоростно-силовых способностей, гибкости с применением специальных методических приемов, создавать условия для развития ловкости, выносливости;
- обеспечить усвоение общей структуры двигательной деятельности, понимание общего способа выполнения физических упражнений и связи «цель-результат».

Воспитательные задачи:

- вызвать и поддержать интерес к двигательной деятельности;
- приучать к самостоятельному созданию условий для выполнения физических упражнений;

- воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности;
- побуждать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремление к качественному выполнению движений;
- формировать элементарные умения самоорганизации в двигательной деятельности.

Приобщение к двигательной культуре

Виды движений	Умения	Знания	Упражнения
Ходьба	Ходить с перекатом с пятки на носок, мягко ставя ногу; Сохранять правильную осанку; Пользоваться перекрестной координацией движений рук и ног.	Разные способы ходьбы используются не только на физкультурных занятиях, а нужны при перемещении по разным грунтам. Чтобы не сдавливать грудную клетку, в которой находятся различные органы, нельзя опускать голову, а руки нужно двигать вперед-назад.	<i>Ходьба разными способами:</i> обычная, на носках, с высоким подниманием ног, на пятках, приставным шагом вперед и в сторону, на наружных сторонах ступней, широкими и семенящими шагами. <i>С разным пространственным расположением:</i> в колонне по одному, парами; врассыпную, змейкой, между предметами, с изменением направления, со сменой направляющего. <i>Сочетание ходьбы с разными движениями:</i> бегом, прыжками, ползанием. <i>С заданиями:</i> с разными положениями рук (на пояс, к плечам, в стороны, назад), присесть, взяться в пары правыми руками, дотронуться правой (левой) рукой до обозначенного предмета; принять статическую позу. <i>С изменением темпа.</i>
Бег	Бегать легко, энергично отталкиваясь носком; при быстром беге на коротком отрезке выполнять энергичный бег на носках, с активными движениями руками. При беге на большую дистанцию ставить ногу перекатом с пятки на носок, движения рук слегка расслабленные, темп спокойный.	Для ускорения темпа первые шаги должны быть короткими, но частыми, энергичнее работать руками. Быстрее пробежишь, если приготовишься: одна нога впереди, другая сзади, туловище наклонено слегка вперед.	<i>Бег разными способами:</i> перекатом с пятки на носок, на носках с высоким подниманием ног; бег с ускорением и замедлением. <i>С разным пространственным расположением:</i> в колонне по одному, по два; по кругу, змейкой между предметами, врассыпную, в прямом направлении шеренгой, со сменой направляющего. <i>Бег:</i> на скорость (10-20 м.), выносливость (1,5 мин.), с ловлей и увертыванием,

	Быстро начинать бег из и.п. стоя спиной к направлению движения, бегать ритмично и с ускорением.		челночный бег (5 м.х 3; 10 м. х 3), со средней скоростью (40-60 м.). <i>С заданиями:</i> с остановкой на сигнал, приседанием, поворотами. <i>Сочетание с другими движениями:</i> ходьбой, подлезанием, прыжками.
Прыжки	Умение правильно приземляться и принимать правильное и.п. в прыжках в длину с места, сочетать отталкивание с размахом рук. Регулировать силу толчка в зависимости от задания, прыгать через короткую скакалку, согласуя движения рук и ног.	Чтобы дальше прыгнуть, надо сильнее оттолкнуться ногами и помочь руками, взмахнуть ими («птичка, чтобы взлететь, отталкивается ногами и взмахивает крыльями»). Дать представление о толковой и маховой ноге в подпрыгиваниях на месте на одной ноге.	Прыжки на месте на двух ногах (к концу года 20 х 3; 30 х 2), с поворотом кругом; ноги вместе, ноги врозь; с доставанием до предметов; на двух ногах с продвижением вперед, через 8-10 линий, из кружка в кружок, из обруча в обруч (с остановкой и слитно); через предметы высотой 5-10 см.; прыжки на месте на одной ноге. Прыжки в длину с места (50-70 см.). Прыжки в глубину с высоты 20-30 см., спрыгивание до определенной линии (на расстоянии 30, 50, 60 см. от скамейки); с поворотом на 90°; в круг, находящийся справа, слева от скамьи. Прыжки с короткой скакалкой.
Бросание, ловля, метание	Принимать правильное и.п. при метании больших и малых предметов, использовать замах для увеличения дальности броска (отведение руки назад, замах движением руки вперед-вверх); согласовывать движение рук и ног при замахе и броске, при отбивании и ловле мяча. Пользоваться правильной траекторией при броске. Знать и пользоваться способами: снизу одной рукой и двумя руками, от груди двумя руками, от	Чтобы дальше метнуть, нужно замахнуться. Запомнить план действий при метании: прицелиться (показать мешочку, куда нужно лететь), замахнуться и бросить. Знать принципы называния способов метания: от какой части тела идет бросок, обозначать способ словом. Чтобы попасть в цель, предмет должен быть приближен к ней: обруч на полу-руку опустить, мишень на уровне глаз – бросать от плеча.	Прокатывание большого и малого мяча друг другу, в ворота, для сбивания предмета с расстояния 2-2,5 м.. прокатывание по дорожке, между палками, по доске. Подбрасывание и ловля мяча, отбивание о землю двумя и одной рукой, стоя на месте. Перебрасывание и ловля мяча в парах. <i>Метание вдаль:</i> большого мяча, маленького мяча, мешочков (5-6,5 м.). <i>Метания в горизонтальную и вертикальную цели:</i> в обруч, кегли, щит, корзину и другие цели с расстояния 2-2,5 м.; перебрасывание через сетку, веревку. <i>Бросание мяча о стенку и его ловля.</i>

	плеча одной рукой в зависимости от условий.		
Лазание, ползание, подлезание	Лазать по гимнастической стенке, используя правильный захват руками и правильную постановку ступни на рейки; не пропускать рейки при подъеме и спуске. Пользоваться чередующим шагом. Лазать до верха, не боясь, переходить с одного пролета на другой внизу и вверх. Уметь подлезать под препятствие на ладонях и коленях, на ступнях без опоры на руки, боком, на ступнях и ладонях, пользоваться этими способами с учетом ситуации. Уметь пользоваться подлезанием в практической деятельности.	Знать принцип называния способов подлезания (по точкам опоры: на ладонях и коленях, на ступнях без опоры на руки, на ступнях и ладонях). Понимать зависимость выбора способа от высоты препятствий и требований в скорости выполнения.	<i>Ползание разными способами:</i> в колонне, шеренгой, по кругу, между предметами, по доске, скамейке, по наклонной поверхности. <i>Подлезание:</i> под шнур, дуги, стулья и другие препятствия разной высоты. <i>Подлезание:</i> в обруч боком на ступнях. <i>Подтягивание</i> на скамейке, лежа на животе. <i>Сочетание с другими движениями:</i> подлезание-ходьба, ходьба-подлезание, подлезание-бег, бег-подлезание; прокатывание мяча головой при подлезании на ладонях и коленях и подлезании. <i>Перелезание:</i> через скамейку, бревно, валы. <i>Лазание по гимнастической стенке:</i> произвольным способом, выполнять переход с пролета на пролет приставным шагом вправо, влево.
Упражнения в равновесии	Сохранять равновесие в статике и динамике с опорой на две, одну ногу.	Легче сохранить равновесие в заданной позе при правильной осанке. Чтобы не разогнаться при спуске с горки, туловище нельзя наклонять вперед, его надо отклонить назад.	Ходьба между линиями, по линиям, по веревке. Ходьба по гимнастической скамейке, бревну, то с дополнительными заданиями: присесть, выполнить поворот, с мешочком на голове, приставными шагами, с разными положениями рук. Перешагивание через 6-8 препятствий (набивные мячи, большие мячи и другие) высотой 20-25 см. Стойка на двух ногах на носках, на одной ноге, кружение в обе стороны (руки на поясе, в стороны). Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (шириной 20-15 см., высотой 30-35 см.).
Общеразвивающие упражнения.	Передавать направления движения	Знать точные параметры всех основных	<i>Для рук и плечевого пояса:</i> поднимание рук вперед, вверх, в стороны

	различными частями тела на уровне эталонов. Выполнять по объяснению новое движение, состоящее из знакомых элементов. Умение выполнять поднимание различных частей тела из различных частей тела из разных и.п. вращательные движения согнутыми руками., рывковыми движения согнутыми руками. Выполнять однонаправленные и разнонаправленные движения руками и ногами, их сочетания. Выполнять упражнения в заданном темпе и из разных и.п., четко выполнять аналитические упражнения, состоящие из 3-4 элементов.	направлений (вперед, вверх, назад, вниз, вправо, влево, в стороны) и руководствоваться ими при выполнении движений. Называть часто употребляемые упражнения, рассказывать о порядке, способе выполнения существенных элементов простых упражнений. Усвоить план действий: подготовиться, выполнить.	(одновременно и поочередно), размахивать руками вперед-назад одно и разнонаправлено; Пользоваться сочетаниями различных направлений при движении руками. Выполнять упражнения из разных и.п. для рук: на пояс, перед грудью, к плечам, отведенные назад. Сгибание и разгибание рук из положения руки в стороны, руки перед грудью. Круговые движения согнутыми в локтях руками, поочередное и одновременное сгибание и разгибание рук из разных и.п.. сжимать и разжимать кисти рук, вращать кисти рук из и.п. руки вперед, руки в стороны. <i>Для туловища:</i> наклоны вперед из и.п. стоя, сидя, ноги расставлены, ноги вместе. Повороты и наклоны в стороны из и.п. стоя, стоя на коленях, сидя с дополнительными движениями рук (поставить в стороны, отвести в стороны и т.д.). приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе. Достать ногами до головы из положения лежа на животе. Приподнимать обе ноги над полом в упоре сидя, поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать на пол из и.п. лежа на спине (одновременно и поочередно). Повороты со спины на живот, руки вверх, кисти вместе. <i>Для ног:</i> полуприседания (4-5 раз подряд), приседания с разными положениями рук, притопы, поочередное выставление и поднимание ног; поднимание на носки, захватывание и перекладывание предметов с места на место стопами ног. Выполнять упражнения без предметов и с предметами:
--	--	--	--

			двумя и одним флажком, большим и маленьким мячом, одним и двумя кубиками, обручем, палкой, с использованием стула и скамейки
--	--	--	--

Строевые упражнения

Построения: в колонну по одному, в шеренгу, круг.

Перестроение: из колонны в 3-4 колонны, из колонны в пары по ходу, из колонны и шеренги в круг.

Повороты: направо, налево, кругом; размыкание, смыкание приставными шагами вперед и в сторону.

Спортивные упражнения

Катание на санках: скатывание с горки, пользуясь правильной посадкой для предупреждения травматизма: проезжать с горки в ворота; тормозить при скатывании с горки. Катать друг друга.

Скольжение: скользить по ледяным дорожка самостоятельно, сохраняя правильную пользу.

Ходьба на лыжах: передвигаться по лыжне скользящим шагом; выполнять повороты переступанием вправо и влево. Подниматься на склон ступающим шагом, полу-елочкой. Проходить на лыжах 0,5-1 км.

Езда на трехколесном велосипеде: садиться, педалировать, управлять рулем, ездить по прямой, по кругу: выполнять повороты вправо, влево.

Плавание: правильно двигать ногами, на месте и с продвижением по дну на руках; погружаться, приседая в воду по грудь, до подбородка, с головой; выдыхать в воду; принимать горизонтальное положение, держась за поручень. Пытаться плавать произвольным способом.

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

Образовательная область «Физическая культура»

- Умеет ходить и бегать легко, сохраняя правильную осанку;
- Умеет лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, прыгать в длину с места на расстоянии не менее 70 см., принимая правильное исходное положение, и мягко приземляться;
- Умеет ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м., принимать правильное исходное положение во время метания мяча и различных предметов; отбивать мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками не менее 5 раз;
- Умеет прыгать на месте на мягком покрытии, прыгать в длину с места на расстояние не менее 75 см.

Образовательная область «Здоровье»

- Выполняет основные гигиенические процедуры (моет руки после прогулки, перед едой, пользуется салфеткой, носовым платком, обращает внимание на неопрятность в одежде), часть из них – самостоятельно без напоминаний со стороны взрослых.

- Имеет элементарные знания о самом себе, получил некоторые представления о здоровом образе жизни (может ответить на вопрос, что нужно, чтобы быть здоровым, назвав некоторые из правил: делать зарядку, заниматься физкультурой, есть полезную еду, посещать врача, закаляться и т.п.).
- Знает, что нужно предупредить взрослого в случае травмы или недомогания; может элементарно охарактеризовать свое самочувствие; положительно относится к оздоровительным мероприятиям.

Сформированное к 5 годам умение передавать направление движений на уровне эталона позволяет детям быстро овладевать новыми более сложными общеразвивающим упражнениями. Они способны четко выполнить разнонаправленные, разноименные движения руками, руками и ногами (правую руку в сторону, левую-вверх; руки вперед, левую ногу в сторону и т.д.), что позволяет развивать координацию, согласованные действия различными частями тела.

Умение выполнять основные движения разными способами позволяет научить детей 6-го года жизни действовать целесообразно в различных ситуациях, выбирать нужное движение в зависимости от требований к скорости перемещения, грунта, высоты препятствия (перешагнуть, перепрыгнуть, подлезать). Создаются благоприятные условия для выработки гибкости двигательного навыка, быстро переходить от выполнения одного движения к другому в разной последовательности и в разных сочетаниях, выполнять двигательное действие правильно и с хода.

В этом возрасте происходит изменение пропорций тела ребенка за счет увеличения длины ног. В связи с этим значительно увеличивается ширина шага при ходьбе и беге, длина прыжка.

На 6-ом году жизни возрастает влияние 2-ой сигнальной системы (М.В. Антропова). Это дает возможность широко использовать слово как источник новой информации для формирования у старших дошкольников образа двигательного действия. Представление о движении складывается по слову легко, если новое физическое упражнение является вариантом разученных или новое двигательное действие состоит из знакомых элементов. В том случае, когда для усвоения новых физических упражнений подбираются подходящие упражнения и количество незнакомых несложных элементов ограничивается до 2-х – 3-х, то новая связь, компоновка составных элементов при обучении по слову устанавливается старшими дошкольниками без особого труда. Представление о движении включает последовательность составных элементов, название направлений движений различными частями тела, их взаимосвязь, обозначение амплитуды, темпа, силовых условий и т.д. Обучение двигательным действиям по словесной инструкции позволяет научить детей тем физическим упражнениям, которые сам педагог выполнить не может. Однако если ребенок привык действовать по показу, то создать образ выполняемого движения по слову затруднительно, так как отсутствует опыт восприятия даже простых двигательных действий по словесной инструкции.

По данным исследований Е.Н. Вавиловой и Н.А. Ноткиной из всех физических качеств наибольший прирост у старших дошкольников отмечен в развитии выносливости, общей физической работоспособности.

Возросшая нагрузка на зрение диктует для профилактики снижения остроты зрения включение гимнастики для глаз. В этом возрасте для развития мелкой мускулатуры руки в пособии используется не только пальчиковая гимнастика, действия с мячом, но и разнообразные игры и упражнения с желудями, шишками, камушками, которые можно организовывать в разные режимные моменты.

Склонность большинства детей к двигательной активности является психологической базой для развития самостоятельности в двигательной активности. Для поддержания и развития самостоятельности важно научить старших дошкольников создавать условия для выполнения движений, организовывать собственную двигательную деятельность и деятельность сверстников. Стремление к результативности при решении двигательных задач побуждает детей планировать свои практические и игровые действия, преднамеренно выбирать способы осуществления заданий. Оценка ребенком своих движений и движений партнеров приобретает развернутый и обоснованный характер с высокой степенью объективности (М.И. Лисина, А.И. Сильвестру). Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом выполнения двигательного действия и полученным результатом.

На 6-ом году жизни складываются предпосылки к формированию умений выполнять обязанности дежурных на физкультурных занятиях: отбирать пособия по величине и в нужном количестве, размещать в определенном месте, отмерять расстояние условными мерками, отмечать место начала выполнения движений, располагать инвентарь в указанном пространстве и в определенной последовательности, распределять обязанности между дежурными. Использование фланелеграфа, на котором выкладываются карточки с обозначением оборудования, и макета зала поможет дежурным определить, в какой части занятия, когда и какой инвентарь необходим, где он должен быть размещен.

Старший дошкольный возраст является благоприятным периодом для формирования детских взаимоотношений. У ребенка появляется устойчивый интерес к совместной деятельности с другими детьми, повышается активность и самостоятельность – важные предпосылки организованного поведения. Ребенок подчиняется правилам очередности выполнения физических упражнений, вынужден доброжелательно решать конфликт, уступая справедливому требованию товарищей, приучается проявлять сочувствие к неудачам других. Особый интерес вызывают подвижные игры с элементами соревнования, где требуется подчинить свои интересы достижению общей цели, быть внимательным, стараться меньше ошибаться, так как это может привести к общему проигрышу.

В работе с детьми 6-го года жизни решаются следующие задачи:

Оздоровительные:

- формировать навык сохранения правильной осанки, содействовать пропорциональному развитию всех мышечных групп;
- повышать степень устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды;
- приобщать детей к здоровому образу жизни.

Образовательные:

- обеспечить усвоение составных элементов основных движений, уделяя внимание согласованной работе всех частей тела;
- обогащать запас двигательных навыков за счет разучивания спортивных упражнений и элементов спортивных игр;
- формировать представление о своем теле, о способах сохранения своего здоровья;
- развивать умение сравнивать способы выполнения движений по показателям силы и скорости, оценивать целесообразность их применения в заданных условиях и объяснять свой выбор;
- приучать анализировать качество выполнения физических упражнений, вычленять ведущие компоненты двигательного действия, замечать ошибки и исправлять их;
- содействовать развитию общей и статистической выносливости, гибкости и скоростных способностей.

Воспитательные:

- формировать умения выполнять обязанности дежурных на физкультурных занятиях, подбирать и размещать оборудование для выполнения физических упражнений;
- развивать самоорганизацию в подвижных играх;
- воспитывать ответственное отношение к правилам при выполнении физических упражнений и в подвижных играх;
- воспитывать взаимоотношение, сочувствие к неудачам других;
- содействовать приобретению навыков положительных взаимоотношений в двигательной деятельности.

Приобщение к физической культуре

Виды движений	Умения	Знания	Упражнения
Ходьба	Ходить легко, непринужденно двигая руками, сохраняя правильную осанку. Пользоваться разными способами в жизненных ситуациях.	Понимать, почему во время ходьбы стопу надо ставить мягко. Знать положение всех частей тела для сохранения правильной осанки. Знать, каким способом перемещаться по скользкой поверхности, по наклонному скату, при преодолении препятствий.	<i>Ходьба разными способами:</i> обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колен, перекатом с пятки на носок, используя разные положения рук; приставным шагом вперед, в сторону; в приседании, полуприседе. Продолжительная ходьба в спокойном темпе 35-40 мин. <i>С разным пространственным расположением:</i> в колонне по одному, по два, по три, вдоль границ зала, с поворотом, с выполнением различных

			заданий.
Бег	Бегать, используя перекал с пятки на носок, выполнять энергичное отталкивание с выносом бедра маховой ноги вперед-вверх. Быстро начинать бег из разных и.п.	Чтобы бегать широким шагом, надо сильнее отталкивать, активно ставить стопу на грунт с пятки.	<i>Бег разными способами:</i> обычный, на носках, с высоким подниманием колена, перекалом с пятки на носок, скрестным шагом, бег широким и мелким шагом. <i>Без из разных и.п.:</i> одна нога впереди, другая-сзади; стоя спиной к направлению движения; стоя на коленях; лежа на животе, руки в упоре у груди; сидя по-турецки. <i>Бег в разном темпе.</i> <i>Бег с препятствиями:</i> с выполнением заданий, бег в сочетании с другими движениями (подлезанием, лазанием, прыжками, ведением мяча, перебрасывание и ловлей мяча). <i>Непрерывный бег:</i> в течение 1,5-2 мин. в медленном темпе. <i>Челночный бег:</i> 10 м.*3. <i>Бег на скорость</i> 20-30 м.
Прыжки	Для увеличения силы толчка согласовывать движения ног, рук и туловища. Уметь выполнять прыжки в длину и высоту с разбега, отталкиваясь одной ногой, а приземляясь одновременно на две ноги.	В прыжках в длину с места толчком выполняется двумя ногами, а в прыжках с разбега – одной ногой. Чтобы сильнее оттолкнуться, нужно резко выпрямлять ноги и помогать руками и туловищем.	<i>Прыжки на месте на двух ногах:</i> (30-40 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой; разными способами: одну ногу вперед-другую – назад; ноги скрестно, ноги врозь; с ноги на ногу; с поворотом кругом, боком. <i>Прыжки на месте на одной ноге.</i> <i>Прыжки на одной и двух ногах с продвижением вперед.</i> <i>Прыжки на одной и двух ногах с разным положением рук:</i> руки в стороны, руки на пояс, за спиной, за головой. <i>Прыжки высоту с места:</i> (высота 15-20 см.) на двух и одной ноге; прыжки через последовательный ряд из 5-6 предметов; прыжки из обруча в обруч; запрыгивание на высоту 20 см., с нескольких шагов. <i>Прыжки с высоты:</i> 30 см. в обозначенное место, с поворотом 90°. <i>Прыжки в длину с места:</i> (не менее 80 см.).
			<i>Прыжки в длину и высоту с разбега.</i>

			<i>Прыжки через короткую и длинную скакалку.</i>
Бросание, ловля, отбивание, метание	Пользоваться разными и.п. для ног в зависимости от величины бросаемого предмета. Уметь выполнять метание разными способами: снизу, от груди, от груди, от головы, из-за головы двумя руками; снизу, от плеча, от груди, от головы, из-за головы одной рукой. Использовать разные виды замаха (движение руки вперед-назад, круговой замах перед грудью, движение руки вперед-вверх, отведение рук за голову с прогибанием туловища, круговой замах рукой с поворотом туловища).	Понимать разницу в действиях при метании вдаль и в цель. Знать связь между выбором способа метания и местом нахождения цели: если цель на полу, то целесообразнее бросать снизу; в корзину – от груди, от плеча, снизу, меняя траекторию бросаемого предмета; в баскетбольное кольцо – от головы, т.е. приблизить бросаемый предмет к цели.	<i>Прокатывание мячей:</i> разного размера одной и двумя руками из разных и.п. на дальность, между предметами, с попаданием в предмет. <i>Подбрасывание и ловля мяча:</i> одной и двумя руками, отбивание мяча на месте не менее 10 раз подряд и с продвижением вперед. Подбрасывание и ловля мяча с дополнительными заданиями: хлопком перед собой, хлопком сзади, впереди и сзади и др. <i>Перебрасывание мяча:</i> друг другу из разных и.п.: стоя, стоя на коленях, сидя; перебрасывание и ловля мяча из руки в руку. <i>Метание предметов:</i> вдаль (7-9 м.), в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 3-4 м. Бросание наиболее мяча, бросание мяча о стенку и ловля его с дополнительными движениями: через ногу, стоя спиной к стене и др.
Ползание, подлезание и лазание	Выполнять ползание и подлезание разными способами. Овладеть перекрестной координацией при лазании по гимнастической стене, веревочной лестнице. Уметь лазать по канату, шесту.	Пользоваться точным названием способов подлезания, уметь объяснять выбор способа подлезания в сложившейся обстановке. Видеть достоинство и недостатки каждого способа: позволяет подлезать под низкое пространство, но быстро не подлезешь (по-пластунски); можно подлезать быстро, но если препятствие низкое, то заденешь (на ступнях без опоры на руки) и т.д.	<i>Ползание:</i> разными способами по полу, по скамейке, между предметами. Подлезание под препятствия разной высоты, подлезание в обруч боком, прямо. <i>Подтягивание:</i> на скамейке руками из положения лежа на животе, стоя на коленях. Перелезание прямо и боком (через бревно, дерево). Сочетание ползания и подлезания с другими движениями: ходьбой, прыжками, прокатыванием мяча головой. <i>Лазание:</i> по гимнастической стенке чередующимся шагом и с использованием перекрестной координации, выполнять переход с пролета на пролет вверх, подниматься по диагонали. Лазание по веревочной лестнице и канату.

Упражнение в равновесии	Уметь сохранять и восстанавливать равновесие при перемещении по узкой поверхности, при подъеме и спуске на наклонной поверхности, при преодолении препятствий.	Знать, что прочно, крепко можно стоять, когда ноги расставлены. На носках и приставляя пятки к носку перемещаться труднее. Чтобы не разогнаться, спускаясь с горы, туловище нужно отклонить назад. При подъеме на горку туловище наклонить вперед.	<i>Ходьба по уменьшенной площади опоры:</i> по узкой рейке гимнастической скамейке, веревке, бровкам, бревну. <i>Ходьба по гимнастической скамейке с разными заданиями:</i> продвигаясь прыжками на двух и одной ноге; на носка; с разными движениями и положением рук; приседанием; пробегая, перешагивая через препятствия (набивные мячи, кубики, лежащие кегли и т.д.), раскладывая и собирая предметы, продвигаясь приставным шагом; выполняя поворот кругом. <i>Ходьба и бег по наклонной плоскости.</i> <i>Стойка</i> на одной ноге и на носках на полу и пособиях. Кружиться парами, держась за руки.
---------------------------------------	---	---	---

Общеразвивающие упражнения	Точно передавать и оценивать пространственное расположение частей тела. Принимать заданное и.п. и выбирать и.п. самостоятельно с учетом трудности выполнения. Согласовывать движения рук, ног и туловища в однонаправленных разнонаправленных упражнениях. Проявлять вариативность действий, инициативу в проведении знакомых упражнений со сверстниками.	Понимать, что одно и тоже упражнение можно выполнять из разных и.п.; определять из какого положения труднее и почему (ноги расставлены-легче устоять и т.д.). установить зависимость между длиной конечности, темпом и амплитудой движений (у воробья крылья маленькие и он ими часто машет; у большой птицы крылья большие, движения размашистые, а темп медленный). Знать названия наиболее употребляемых упражнений и уметь рассказывать их выполнение по плану: назови, расскажи, как надо подготовиться и что нужно делать.	<i>Для рук и плечевого пояса:</i> поднимание рук в разных направлениях, отведение назад, за голову; разводить в стороны из положения руки перед грудью, за головой, к плечам с разным положением ладоней; энергичные сгибание и выпрямление рук; рывковые движения согнутыми и прямыми руками; вращательные движения согнутыми и прямыми руками; действовать руками одновременно, поочередно, последовательно; согласовывать движения руками с движением ног (руки в стороны, правую ногу-вперед и т.д.), туловищем (поворот вправо, правую руку отвести в сторону). Поднимать и опускать кисти; сцепив пальцы в «замок» выполнять вращательные движения, выворачивать ладони наружу; сжимать и разжимать пальцы. <i>Упражнения для ног:</i> переступание на месте, не отрывая от опоры носки ног, выполнять на месте перекал с пятки на носок. Приседая с каждым разом ниже, используя разные положения рук; сесть-встать из и.п. сидя по-турецки; махи прямыми ногами, выпады вперед и в сторону. Захватывать предметы пальцами ног, перемещать их с места на место. <i>Упражнения для туловища:</i> наклоны вперед резкие, пружинистые, повороты в сторону; перекалы вправо и влево из положения лежа на спине, поднимание прямых ног, скрещивание ног из положения сидя и лежа на спине; Прогибание туловища; группировка. Все упражнения выполнять из разных и.п. для рук, туловища и ног; с предметами и без них, на предметах (скамейке, набивном мяче и гимнастической стенке, у стены); в разном темпе и с изменением темпа; плавно и резко; сочетая движения рук и ног, рук и туловища. Действовать в парах.
----------------------------	--	--	---

Строевые упражнения

Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг.

Перестроение – в пары, в две колонны, в три; из нескольких колонн в один или несколько кругов.

Повороты – направо, налево, кругом, переступанием, прыжком.

Смыкание и размыкание приставным шагом.

Подвижные игры

С бегом: «Мы веселые ребята», «Парный бег», «Мышеловка», «Гуси-лебеди», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц», «Сделай фигуру», «Уголки»;

С прыжками: «Удочка», «Кто сделал меньше прыжков?», «С кочки на кочку», «Не оставайся на полу», «Пожарные на учении», «Мыши в кладовой»;

С метанием: «Охотники и зайцы», «Охотники и звери», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Городки», «Чья команда самая меткая?».

Игры с элементами спортивных игр

«Городки»: знать 3-4 фигуры, пользоваться для выбивания городков с линии кона и полукона метанием сбоку и от плеча. Самостоятельно делать разметку для игры, использовать условные мерки.

«Баскетбол»: перебрасывать мяч друг другу от груди, передавать мяч в движении с отскоком от пола; вести мяч правой и левой рукой по прямой и огибая предметы. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди и от головы.

«Бадминтон»: отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

«Футбол»: прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении, обводить мяч вокруг предметов. Закатывать мяч в лунки, ворота, передавать мяч ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

«Хоккей»: прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах, задерживать клюшкой шайбу.

Спортивные упражнения

Катание на санках: катать друг друга, кататься с горки по двое, выполнять повороты при спуске, соблюдать правила посадки на санки и уметь выполнять торможение.

Скольжение: скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах: ходить скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку ступающим шагом, полуюлочкой, лесенкой, в зависимости от крутизны. Спускаться с горки в средней и низкой стойке. Проходить в медленном темпе 1-2 км.

Плавание: двигать ногами вверх-вниз сидя в воде на мелком месте и лежа, опираясь руками. Выполнять разнообразные движения руками в воде. Скользить на груди и на спине, выполнять выдох в воду. Плавать произвольным способом.

Катание на велосипеде: самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо, проезжать в ворота, делать ускорения и тормозить.

Катание на самокате: отталкиваться правой и левой ногой, выполнять повороты.

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

Образовательная область «Физическая культура»

- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку.
- Умеет прыгать на месте, прыгать в обозначенное место, прыгать в длину с места на расстояние не менее 80 см., с разбега не менее 100 см.
- Умеет метать мяч и предметы на расстояние не менее 5 м. удобной рукой, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3 м.; отбивать мяч на месте не менее 10 раз.
- Умеет играть в спортивные игры: городки, бадминтон, футбол, хоккей, баскетбол.
- Самостоятельно организует подвижные игры, придумывая разные варианты.

Образовательная область «Здоровье»

- Самостоятельно одевается и раздевается, правильно умывается и моет руки, пользуется предметами личной гигиены (мыло, расческа, полотенце, носовой платок).
- Умеет привлечь внимание взрослого в случае травмы или недомогания; может элементарно охарактеризовать свое самочувствие.

К 6-ти годам повышается выносливость к динамической работе за счет упорядочения характера мышечной активности. Лучше осуществляется перераспределение времени активной и пассивной фаз двигательного цикла, увеличивается длительность фазы отдыха. Если у трехлетнего ребенка напряжение мышц длится на протяжении всего движения и он быстро устает, то у 6-7 летнего оно укорачивается до 70 % общей длительности цикла, то есть выделяются периоды напряжения и расслабления мышц, что способствует большей продолжительности работы (Н.Н. Леонтьева, К.В. Маринова). Причем у детей 6 лет хорошо выраженная синхронность сохраняется на всем протяжении динамической нагрузки. По данным Н.А. Ноткиной наибольший прирост в показателях скоростных способностей и выносливости у дошкольников приходится именно на этот возраст. Поэтому создаются благоприятные условия для развития ведущих двигательных возможностей к включению в работу с детьми элементов аэробики, ритмической гимнастики, которые основаны на сочетании эмоциональной музыки и упражнений.

Расширяются способности к предварительному программированию как пространственных, так и временных параметров движения. После выполнения движения ребенок способен самостоятельно подключиться к анализу полученных результатов и установлению необходимых корректировок. По данным Н.Н. Леонтьевой, инновационная программа решения двигательной задачи у детей 7-го года жизни уже перед деятельностью детей широко использовать предварительное инструктирование до начала выполнения двигательных действий, предлагать ребенку сначала определить план своего поведения, выбрать способ, а после этого приступить к практическому осуществлению. В этом случае формируется произвольность, преднамеренность в управлении своими движениями.

В шесть лет происходит переход к текущему контролю за точностью двигательного действия на базе не только зрительного анализа, но и на базе мышечных ощущений. К 7 годам программирование произвольных движений и их текущий контроль осуществляется зрительно-двигательной функциональной системой на базе мышечной обратной связи. Поэтому при соответствующих условиях дошкольник может быстро достигать высокого результата в точности выполнения сложных движений.

В этом возрасте у детей происходит наибольший прирост в показателях развития скоростных и координационных способностей, выносливости (Н.А. Ноткина). В педагогическом процессе предоставляется широкая возможность использовать игры соревновательного характера, предусматривающие соперничество как на точность, так и на быстроту действий. В предложенном пособии осуществлен подбор специальных упражнений, в которых дети ставятся перед необходимостью оценить свои достижения, выделить, что им удастся лучше, что не получается с учетом своих физических способностей, своего физического «Я» (высокий, низкий, полный или худенький и т.д.). выполняя задания ребенок начинает понимать, что в одних движениях ему действовать легче, а в других – труднее (высокому легче допрыгнуть до подвешенного колокольчика, но труднее ползти под шнур, висящий невысоко от пола и т.д.). осознание этих физических параметров положительно влияет на установление взаимоотношений между участниками в коллективных играх соревновательного характера. Играющие целесообразнее распределяют выполнение движений в играх-эстафетах, что позволяет достигнуть команде положительного результата и вызывают чувство радости, удовлетворения, поддерживает интерес к двигательной деятельности. Понимание трудности выполнения движения в заданных условиях по сравнению с соперником помогает снять бурную отрицательную реакцию на проигрыш.

В пособии учитывается, что у дошкольников в возрасте 6-7 лет наиболее значителен темп годичного прироста коэффициента продуктивности и качественного показателя умственной работоспособности (М.В.Антропова). этот возраст рассматривается как важный переломный этап формирования процесса восприятия. Т.Г. Бетелева отмечает, что глаз при ознакомлении с предметом начинает выделять наиболее существенные признаки, а опознавательные действия отличаются большей свёрнутостью. Таким образом, развитие воспринимающей системы обеспечивает оптимальные условия для адекватного реагирования на внешние воздействия. При анализе условий выполнения физических упражнений ребенок способен отвлечься от второстепенного признака и среагировать на существенный признак при выборе способа действия. Например, если перед ним находится препятствие в виде натянутого ряда шнуров разного цвета и на разной высоте, то, как правило, он не обращает внимания на цвет, каким бы ярким он не был, а строит свое поведение с учетом высоты преграды. Труднее дается выделение существенных признаков в естественных условиях. Дети при определенной работе не только легко устанавливают

причинно-следственные связи, но и могут объяснить, выразить в речи, почему поступили соответствующим образом. Все это говорит о том, что ребенок уже способен к произвольной организации выполнения движения, а не действует методом «проб и ошибок».

При планировании материала особое внимание уделяется решению детьми двигательных задач в подвижных играх, анализу того, какими путями ребенок приходит к успеху в игре. Нередко высокий уровень владения движениями и высокая степень развития физических качеств обеспечивают хороший результат. Но нельзя мириться с положением, что ребенок с невысоким уровнем физической подготовленности не способен в игре добиться выигрыша. У детей подготовительной к школе группы необходимо сформировать творческое отношение к решению двигательных задач (догоняют – увернись, оббегаешь предмет – далеко от него не уходи и т.д.). осмысленное применение различных действий в соответствии со складывающимися условиями позволяет компенсировать недостаточно высокий уровень развития двигательных умений и навыков, физических качеств и достигать большинству играющих успеха с меньшими затратами сил.

Дети подготовительной группы могут создавать условия для двигательной деятельности физкультурных занятиях и в повседневной жизни, организовывать не только собственную двигательную активность, но и подвижные игры, физические упражнения со своими сверстниками, с более младшими дошкольниками. На основе приобретенного опыта и знаний им становится доступным проведение утренней гимнастики со всей группой детей, творческое включение двигательных действий в сюжетно-ролевые игры.

В 6-летнем возрасте отчетливо проявляется умение выполнять движения в соответствии со средствами музыкальной выразительности. Дети могут создавать многообразие вариаций движений в зависимости от созданного образа (трусливый заяц, храбрый заяц, хитрый т.д.). у них формируется привычка двигаться ритмично, красиво, в соответствии с содержанием музыкального произведения менять характер ходьбы, бега и т.д. Таким образом, старшие дошкольники оказываются в состоянии овладеть различными по характеру движениями: плавными, грациозными, бодрыми, энергичными и др. Ведущими задачами физического воспитания детей седьмого года жизни являются:

Оздоровительные задачи:

- повышать тренированность организма детей;
- развивать способность удерживать статистические позы и поддерживать правильное положение позвоночного столба в положении стоя, и сидя;
- обеспечивать систематическую тренировку мелкой мускулатуры и тонких движений рук;
- повышать уровень умственной и физической работоспособности детского организма.

Образовательные задачи:

- приучать детей самостоятельно находить ошибки в выполнении знакомых движений и пути исправления;
- пробуждать детей к созданию вариантов выполнения различных ранее разученных движений определять условия их применения;
- формировать умение менять характер движений в зависимости от содержания музыкального произведения;
- развивать выразительность двигательных действий;
- приучать детей использовать освоенные общие положения при выполнении движений в новых условиях (на прогулках за пределами участка детского сада), выбирать наиболее пригодный способ действий;
- содействовать развитию общей выносливости, быстроты, ловкости;
- побуждать детей к применению знаний о функционировании различных органов и систем самоконтроля за выполнением физических упражнений и самооценки своего двигательного поведения или удержания поз.

Воспитательные задачи:

- побуждать детей к проявлению активности при организации двигательной деятельности;
- поддерживать и развивать у детей интерес к подвижным играм, организуемым сверстниками, и создавать базу для развития организаторских способностей;
- обеспечивать условия для проявления самостоятельности как организованных взрослыми формами двигательной деятельности, так и для возникновения двигательной деятельности в соответствии с обстановкой (в группе, на участке, в зале, на полянке и т.д.)

Приобщение к физической культуре

Виды движений	Умения	Знания	Упражнения
Ходьба	Сохранять правильную непринужденную осанку на занятиях, в повседневной жизни. Использовать целесообразные способы ходьбы с учетом грунта и поверхности.	Знать критерии для оценки правильной ходьбы. Различать ходьбу по характеру ее выполнения (плавная, резкая, легкая, тяжелая, мягкая, тающая и др.), осознавать связь характера ходьбы с точками опоры при перемещении. Ходьба на передней части стопы – лёгкая, мягкая, но шаг короткий. Ходьба с пятки – более резкая, но шаг становится шире.	<i>Ходьба разными способами включая новые:</i> гимнастическим шагом, ходьба выпадами, широким шагом, ходьба с закрытыми глазами, ходьба спиной вперед. <i>Дозированная ходьба:</i> (200 м.), непрерывная ходьба в течение 30–40 мин.
Бег	Сохранять беговую осанку, пользоваться приемами ускорения бега; уметь быстро менять направления движения.	Знать целесообразность применения различных способов бега с учетом условий выполнения. Понимать, почему нужно бегать легко, от чего	<i>Бег разными способами:</i> в зале и в естественных условиях. <i>Бег из разных и.п.:</i> включая из положения лежа на животе, руки в упоре; бег

		зависит легкость бега.	спиной вперед. <i>По темпу:</i> в быстром темпе 10-30 м.; челночный бег в медленном темпе до 3 мин., в среднем темпе 2-2,5 мин.; бег в медленном темпе по пересеченной местности – 400 м.; бег с увертыванием.
Прыжки	Выполнять правильно все составные элементы прыжка в длину с места: и.п., отталкивание, группировка в фазе полета; для увеличения силы толчка согласовывать движения рук, ног и туловища. В прыжках в длину и в высоту с разбега выполнять слитно все составные элементы.	Понимать, почему в прыжках должно быть мягкое приземление, влияние пружинистых движений в коленях для мягкости приземления. Знать связь между силой толчка и включением в работу различных частей тела.	<i>Прыжки на месте на двух ногах:</i> с разным положением ног (30*4, 40*3); на одной ноге поочередно. <i>Прыжки с продвижением:</i> вперед на двух и одной ноге (5-6 м.). <i>Прыжки в высоту с места и разбега:</i> до предметов, повешенных на 25-30 см. выше поднятой руки ребенка, отталкиваясь двумя ногами с места и одной-с разбега: выпрыгивание вверх из глубокого приседа; через 6-8 набивных мячей, расположенных в ряд; прыжки в высоту с разбега 50 см. <i>Прыжки в длину с места (100 см.) и разбега (180 см.).</i> <i>Спрыгивание:</i> с h 40 см.; спрыгивание с поворотом на 90° и 180°. <i>Прыжки через короткую и длинную скакалку.</i> <i>Прыжки с обручем.</i>

Бросание, ловля, отбивание, метание	Принимать правильное и.п. в зависимости от величины бросаемого предмета; слитно выполнять замах и бросок, пользоваться переносом центра тяжести с одной ноги на другую при замахе и броске, согласовывать движения рук, ног и туловища. Пользоваться разными способами метания с учетом условий выполнения и стоящей задачи.	Знать связь между исходным положением для ног и захватом предмета одной или двумя руками. Знать принципы названия способов метания пользоваться точным их названием. Понимать, что замах нужен для увеличения силы броска.	<i>Прокатывание:</i> мячей разного размера одной и двумя руками из разных и.п. на дальность, между предметами (ширина 25-30 см.), попадая в цель с расстояния 4-5 м. <i>Подбрасывание и ловля мяча:</i> двумя руками (не менее 20 раз подряд), одной рукой (не менее 10 раз подряд). Подбрасывание и ловля мяча с дополнительными заданиями; исполнять хлопки, приседания и т.д. <i>Перебрасывание:</i> мяча друг другу из разных и.п. (сидя, стоя на коленях, сидя ноги скрестно) на расстоянии 3-4 м., через сетку. <i>Отбивание мяча о землю:</i> и ведение мяча вперед по прямой, между предметами, продвигаясь шагом и бегом. Отбивание и ловля с отскоком и без отскока. <i>Метание на дальность:</i> (6-12 м.). <i>Метание в горизонтальную и вертикальную цель:</i> с расстояния 4-5 м. <i>Метание в движущуюся цель.</i> <i>Метание в даль:</i> шишек, желудей, камушков.
Ползание и лазание	Выполнять подлезание разными способами быстро, не задевая за препятствия. Пользоваться перекрестной координацией при лазании по гимнастической стенке. Уметь лазать по канату, шесту, веревочной лестнице.	Понимать зависимость используемого способа подлезания от высоты препятствий, требований к скорости передвижения и собственного роста.	<i>Ползание:</i> разными способами по полу, скамейке, по бревну; ползание по скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. <i>Подлезание:</i> под последовательный ряд препятствий разной высоты. <i>Лазание по гимнастической стенке:</i> используя перекрестную координацию, перемещение по диагонали по гимнастической стенке, переход с пролета на пролет наверху, Перелезание на противоположную сторону гимнастической стенки. <i>Лазание по канату:</i> шесту, веревочной лестнице.

Упражнения в равновесии	Уметь сохранять и восстанавливать равновесие при перемещении по уменьшенной площади опоры, на шаткой и скользкой опоре. Сохранять равновесие в статической позе: стоя на одной линии, приставив пятку одной ноги к носку другой, стоя на одной ноге.	Уметь определять позу, при которой равновесие будет устойчивым и сохранить его легче: расставить ноги, согнуть в коленях, выполнять балансирующие движения руками.	<i>Ходьба по уменьшенной площади опоры:</i> гимнастической скамейке, узкой рейке, бревну, шнуру в разном темпе и разными способами (на носках, приставным шагом, вынося махом ногу вперед и т.д.), с дополнительными движениями (приседанием, прыжками, поворотами и т.д.). расхождение двух детей на скамейке, идущие на встречу друг другу. <i>Стойка:</i> на набивном мяче на одной и двух ногах. <i>Ходьба и бег по наклонной поверхности в разном темпе.</i> <i>Ходьба по шаткой и скользкой поверхности.</i>
---------------------------------------	---	---	---

Передавать точно направление при движении различными частями тела; выполнять движения разные по координации: однонаправленные, разнонаправленные, одновременные, последовательные, одноименные, разноименные. Действовать с разным напряжением, амплитудой, в разном темпе. Выполнять движения выразительно, передавая характер (плавно, резко, энергично, расслаблено и др.).

Знать критерии оценки точности передачи направления движения, помнить, что, прежде чем действовать, нужно подготовиться. Овладеть приемами выразительности движений.

Упражнения для рук и верхней части плечевого пояса: поднимание рук в разных направлениях; отведение рук назад и в стороны из положения руки внизу, в стороны; энергичные сгибание выпрямления рук: рывковые движения согнутыми и прямыми руками; вращательные движения согнутыми и прямыми руками; вращения кистями рук; плавное и резкое сжатие пальцев рук, разведение и сведение пальцев; поочередное соединение всех пальцев с большим пальцем.

Упражнения для ног: выставление ноги на носок вперед, назад, в стороны, скрестно; выпады вперед и в стороны с пружинистыми полуприседаниями на одной ноге; приседания с разными положениями рук и их сменой; приседания из положения «ноги врозь», переноса вес тела с одной ноги на другую, не поднимаясь; поочередные маховые движения одной ногой в разных направлениях; захват предметов ступнями ног, удерживание, перемещение их.

Упражнения для туловища: повороты головы, вращение головой; повороты и наклоны туловища; поднимание и удерживание ног из положения сидя, лежа; группировка и Прогибание туловища; из положения лежа на спине сесть без помощи рук – лечь; из положения лежа на спине поднимать одновременно обе ноги, стараясь коснуться носками пола или предмета за головой; из положения в висе поднимать поочередно ногу, согнутую в колене, прямую ногу и одновременно обе ноги. Выполнять упражнения в 53 парах, тройках. Все упражнения проводятся из разных и.п. для различных

Строевые упражнения:

Построение: самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, шеренгу, в круг, пары.

Перестроения: перестраиваться из одной колонны в две, три, четыре по ходу движения; из нескольких колонн в один и несколько кругов; перестраиваться в несколько колонн с помощью порядкового счета.

Повороты: повороты переступанием.

Смыкание: смыкание и размыкание приставным шагом.

Подвижные игры:

С бегом: «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловушка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто быстрее докатит обруч до флажка», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Жмурки», «Горелки», «Караси и щука»;

С прыжками: «Волк во рву», «Лягушки и цапли», «Не попадись», «Кто лучше прыгнет»;

С метанием и ловлей: «Кого называли, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловушки с мячом», «Школа мяча», «Мяч водящему», «Чья команда забросит больше мячей корзину?»;

С подлезанием и лазанием: «Перелет птиц», «Ловля обезьян», «Кто быстрее до флажка», «Переправа», «Пожарные на учении».

Игры с элементами спортивных игр:

«Городки»: бросать битую прямой рукой с боку, от плеча для выбивания городков с линии кона и полукона, стремясь за один удар выбить как можно больше городков. Знать 4-5 фигур, уметь их самостоятельно строить. Самостоятельно делать разметку для игры, использовать условные мерки.

«Баскетбол»: передавать мяч друг другу в движении (двумя руками от груди, двумя руками снизу, с отскоком от пола), ловить летящий мяч в движении. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях с резкой остановкой, ускорением и замедлением. Забрасывать мяч в корзину от головы двумя руками.

Элементы футбола: передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота с разного расстояния.

Элементы хоккея: вести шайбу клюшкой, не отрывая клюшки от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживая шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота с места и после ведения, держа клюшку двумя руками (справа и слева).

Элементы бадминтона: правильно держать ракетку, перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку. Свободно передвигаться по площадке для отбивания волана.

Элементы настольного тенниса: правильно держать ракетку. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать рукой и ракеткой мяч о пол, стенку. Подавать мяч через сетку после отскока от стола.

Спортивные игры

Катание на санках: при спуске с горки взять предмет, находящийся слева, справа, проехать в ворота, попасть снежком в цель, сделать поворот. Игры-эстафеты с санками.

Скольжение: скользить после разбега по ледяным дорожкам, присев и стоя, выполнять поворот. Скользить с невысокой горки.

Ходьба на лыжах: ходить скользящим шагом по лыжне; ходить попеременно двухшажным ходом; ходить с палками: в медленном темпе 2-3 км., в среднем темпе не менее 600м. выполнять повороты переступанием в движении, подниматься на горку полулочкой, елочкой, лесенкой. Спускаться с горки в средней, низкой и высокой стойке.

Катание на коньках: принимать правильное и.п. (ноги расставлены, слегка согнуты, туловище наклонено вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Выполнять в этом положении несколько пружинистых полупреседаний. Сохранять равновесие на коньках (на снегу, на льду). Разбегаться и скользить на двух ногах, во время скольжения делать повороты направо, налево, уметь тормозить. Попеременно отталкиваясь скользить на правой и левой ноге. Кататься на коньках по прямой, по кругу, сохраняя правильную позу. Самостоятельно надевать и шнуровать ботинки.

Езда на велосипеде: ездить на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, между предметами, уметь тормозить.

Плавание: выполнять выдох в воду от 3 до 10 раз подряд. Погружаться в воду с головой, открывать глаза в воде. Скользить на груди и спине, двигая ногами. Плавать с надувной игрушкой в руках и под грудью. Разучивать движения руками. Плавать без поддержки. Плавать произвольно 10-15 м.

Интегрированное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

Образовательная область «Физическая культура»

- Умеет прыгать на мягкое покрытие с высоты не более 40 см. мягко приземляться; прыгать в длину с места на расстояние не менее 120 см., с разбега – 150 см.; прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Умеет перебрасывать набивные мячи весом 1 кг., метать мяч и предметы на расстояние не менее 10 м., владеть «школой мяча».

Образовательная область «Здоровье»

- Имеет представление о ЗОЖ (о некоторых особенностях строения и функционирования организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности, о полезных и вредных привычках и др.); о поведении во время болезни.
- Владеет основными культурно-гигиеническими навыками (быстро и правильно умывается, чистит зубы, поласкает рот после еды, моет уши, причесывается, правильно пользуется носовым платком, следит за своим внешним видом, самостоятельно одевается и раздевается, следит за чистотой одежды и обуви и т.п.). Выполняет правила культуры еды.

5. Модель организации образовательной деятельности в группе.

Жизнедеятельность детей по реализации и освоению содержания рабочей программы осуществляется в двух основных моделях организации образовательного процесса: специально организованной деятельности взрослого и детей (групповой, подгрупповой и индивидуальной) и самостоятельной деятельности детей. Решение образовательных задач в рамках первой модели – совместной деятельности взрослого и детей – осуществляется как в виде непосредственно образовательной деятельности, так и в виде образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов.

Модель двигательного режима детей

№	Виды занятий	Особенности организации	Возраст
1. Физкультурно-оздоровительная работа			
1.1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно в зале, на открытом воздухе с мая по октябрь. Длительность 6-12 минут	с 4-7 лет
1.2.	Физкультминутка	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида содержания занятий. Длительность 3-5 минут.	с 3-7 лет
1.3.	Подвижные игры и физкультурные упражнения на прогулке	Ежедневно, подгруппами. Длительность 25-30 минут.	с 1,5-7 лет
1.4.	Оздоровительный бег	Ежедневно, перед заходом в группу. Длительность 10 сек. – 2 мин. 40 сек.	с 3-7 лет
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно, во время прогулки. Длительность 12-15 минут	с 1,5-7 лет
1.6.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей. Длительность не более 10 минут	с 3-7 лет
1.7.	Дыхательная гимнастика	Ежедневно, во время гимнастики и на прогулке (проводится инструктором и воспитателем). Длительность 30 секунд	с 4-7 лет
2. Учебные занятия			
2.1.	По физической культуре	Два раза в неделю, длительность от 10-40 минут. Третье занятие на воздухе. Длительность 25-40 минут.	
3. Самостоятельные занятия			
3.1.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Длительность зависит от индивидуальных особенностей детей.	с 1,5-7 лет
4. Физкультурно-массовые мероприятия			
4.1.	Неделя здоровья	Два-три раза в год (последняя неделя квартала)	с 3-7 лет
4.2.	Физкультурные праздники на открытом воздухе	Два раза в год. Длительность 30-60 минут.	с 3-7 лет
4.3.	Игры, соревнования	Один-два раза в год между сверстниками. Длительность не более 60 минут.	с 5-7 лет

4.4.	Физкультурные досуги	Ежеквартально.	с 4-7 лет
4.5.	Спартакиады вне детского сада	Один-два раза в год «Веселые старты», легкоатлетическая эстафета, участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности. Длительность не более 60 минут.	с 6-7 лет
5. Внегрупповые (дополнительные) виды занятий			
5.1.	Спортивные кружки	По желанию родителей и детей не более двух раз в неделю. Длительность 25-40 минут.	с 5-7 лет
6. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи			
6.1.	Домашние задания	Определяются воспитателем и инструктором по физической культуре.	с 3-7 лет
6.2.	Консультации	Проводит инструктор по физической культуре	с 1,5-7 лет
6.3.	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных массовых мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных праздников, «Неделя здоровья», спартакиад, вне детского сада, посещение открытых занятий и педагогических советов.	с 1,5-7 лет

6. Условия и средства реализации РП.

ОБОРУДОВАНИЕ спортивного зала

№ п/п	Наименование	Кол-во, (шт.)
1.	«Спортивный стадион»	2
2.	Баскетбольное кольцо	1
3.	Гимнастическая стенка	4
4.	Диски «Здоровье»	5
5.	Ионизатор воздуха	1
6.	Канаты	2
7.	Кегли	10
8.	Клюшки	6
9.	Колючая дорожка	2
10.	Кубики	30
11.	Ленточки	30
12.	Массажные мячи	13
13.	Мат складной	1
14.	Мешочки	60
15.	Музыкальный центр	1
16.	Мячи (разного размера)	80
17.	Набивные мячи	5
18.	Обручи (разного размера)	48
19.	Палки гимнастические	30
20.	Пирамидка	2
21.	Платочки	25

22.	Погремушки	25
23.	Скамейки h 20 см.	2
24.	Скамейки h 40 см.	2
25.	Стойки	4
26.	Тумбочки для прыгивания h 20 см	4
27.	Туристический коврик	1
28.	Фит-болы	10
29.	Шнуры	2
30.	Ковёр 3x5	2
31.	Тумбочка для прыгивания h 40см	1
32.	Корзина для мячей	6
33.	Книжная полка	5

7. Оценка индивидуального развития.

Карпова Ю.В. Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 3-7 лет. – М.: Вентана – Граф, 2015.

8. Взаимодействие с родителями.

Работа с семьей основывается на привлечении родителей к полноценному участию в образовательной деятельности ДОО:

- выступление на родительских собраниях с опытом работы по оздоровлению детей средствами физической культуры;
- просмотр физкультурно-оздоровительных мероприятий и их анализ;
- участие в тематических досугах и праздниках.

9. Список литературы.

1. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования. Под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
2. Рабочая программа педагога ДОО. Из опыта работы. Сост. Н.В.Нищева – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015.
3. Полтавцева Н.В. Физическая культура в дошкольном детстве: пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 2-3лет, 3-4лет, 4-5лет, 5-6лет, 6-7лет/ Н.В.Полтавцева, Н.А.Гордова. - М.: Просвещение, 2007.
4. Полтавцева Н.В., Гордова Н.А., Калинина И.В., Примерова О.И. – «Мяч-моя любимая игрушка», Программа и методическая пособие проведения секционной работы с детьми старшего дошкольного возраста. – Тольятти, Ульяновск, 2004.
5. Васильков Г.А. Азбука мяча. – Киев, «Здоровье», 1986.
6. Красуская А.А. Школа мяча. – В кн.: П.Ф. Лесгафт. Избранные пед. Сочинения. Т.2. – М.: АПН РСФСР, 1951, с. 97-107;
7. Лагутин А.Б. Двигательные задания и упражнения для физического развития детей 4-6 лет. – М.: 1996.

8. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры. М.: «АЙРИС ПРЕСС». 2003.
9. А.Кирилова, М.Лебедева, Н.Жидкова «Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР 4-7лет» - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005.
10. Т.Харченко – «Организация двигательной деятельности детей в детском саду» С-П «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010.
11. А.Щербак «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении» - М. Гиц ВЛАДОС, 2001.
12. Е.Подольская «Физическое развитие детей 2-7лет: сюжетно-ролевые занятия» - Волгоград: Учитель, 2013.
13. Т.Харченко «Спортивные праздники в детском саду» - М.:ТЦ Сфера, 2013.
14. Н.Соломенникова «Организация спортивного досуга дошкольников 4-7лет» - Волгоград: Учитель, 2013.
15. Е.Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7лет» - Волгоград: Учитель, 2009.
16. Ю.Кирилова «Навстречу Олимпиаде. Физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста» - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012.
17. О.Косырева «Лечебная физкультура для дошкольников» - М.: Просвещение, 2003.
18. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой/ Авт.-сост. Л.Орлова. – М.: АСТ; Минск: Харвест, 2008.

Октябрь: 1 неделя

Тема: Осень, осень в гости просим!

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни	В упражнении «Пойдём по мостику», «Побежим по дорожке» закрепить умение сохранять устойчивое положение при ходьбе и беге по ограниченной поверхности, дорожке из шнура шириной 25см.		В п/и «Самолёты» закрепить умение бегать в рассыпную не наталкиваясь, слушать сигнал и возвращаться в ограниченное пространство. Игру провести на спортивной площадке, побуждая детей бегать в разные стороны.	В игровом упражнении «Перебрось мяч (капусту) через ручей» закрепить умение принимать правильное и.п. для ног. Энергично бросать большой мяч двумя руками с низу.	Оформить стенд, раскрывающий зависимость слойности одежды от температуры воздуха на улице и в группе.
Вторник		Конспект №1			
Среда	В упражнении «Проползи в ворота» закрепить умение ползать на ладонях и коленях в ограниченном пространстве.		В п/и «Зайцы и волк» приучать детей правильно выполнять прыжок, приземляться на полусогнутые ноги, перекатом с носка на всю стопу, убегать по сигналу в ограниченное пространство. В ходьбе по бордюру развивать функцию равновесия.	Игра «Отбери овощи по цвету» Цель: закрепить умение детей отбирать овощи по цвету. Описание: в корзине лежат разные овощи. Воспитатель просит отобрать по цвету овощи. Упражнять детей в прокатывании мяча со сбиванием кегли.	
Четверг	В игровом упражнении «Прокати тыкву в ворота» закрепить умение энергично отталкивать мяч в определённом направлении (дети сидят напротив друг друга между ними дуга, стул).	Конспект №2			

Пятница	В игровом упражнении «Прокати мяч и догони его ползанием» упражнять в умении переходить от броска к ползанию. Прокатывание выполнять из и.п. стоя на коленях.		В п/и «Автомобили» закрепить умение бегать врассыпную не наталкиваясь друг на друга. Развивать умение реагировать на зрительный сигнал. Сигналом для остановки служит поднятый флажок.	В игре «Собери мячи (тыкву) в корзину» побуждать детей бегать легко на передней части стопы (восп-ль мячи разбрасывает, дети – собирают, принося по одному).	
---------	---	--	--	--	--

Октябрь: 2 неделя

Тема: Леса – всей Земли краса! (деревья)

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	«Пройди и проползи между кеглями и не урони их» - упражнять в умении ходить змейкой между предметами.		В п/и «Зайцы и лиса» закрепить умение выполнять 3-4 прыжка подряд с продвижением вперёд, после прыжков и бега возвращаться в определённое пространство. Упражнение «Обними своё дерево» - развивать ориентировку в пространстве.	В упражнении «Докати мяч до стены» закрепить умение принимать и.п. для ног.	Консультация «Профилактика плоскостопия у детей».
Вторник		Конспект №3			
Среда	«Прокати мяч по дорожке» - упражнять в умении принимать и.п. для ног, мяч на пол не класть.		В п/и «Поезд» закрепить умение ходить и бегать друг за другом в разном темпе в определённом направлении. Действовать по	«Пройди проползи по извилистой дорожке» - закрепить умение ползать ходить змейкой между предметами в разном темпе,	

Четверг	«Прокати мяч в ворота» - следить за и.п.	Конспект №4	сигналу. «Попрыгаем как зайчики» - закрепить умение в подпрыгиваниях на месте выпрыгивать выше.	развивать функцию равновесия.	
Пятница	«Подними платочек ногами» - укреплять свод стопы.		В п/и «Автомобили» приучать детей слушать сигнал во время бега. Ходьба по разновысотным пенькам – развивать силу мышц ног и умение сохранять равновесие.	В спрыгивании со скамейки упражнять детей в умении принимать и.п. для ног с помощью карточек из картона (кочки), дети выкладывают сами.	

Октябрь: 3 неделя

Тема: Овощи и фрукты – здоровые продукты.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	В упражнении «Пойдём по мостику» приучать детей ходить по ребристой доске, наступая на рейку серединой стопы, сохраняя равновесие, укреплять свод стопы.		В п/и «Автомобили» закрепить умение бегать врассыпную не наталкиваясь друг на друга. Развивать умение реагировать на зрительный сигнал. Сигналом для остановки служит поднятый флажок. В игре «Закати мяч в ворота» упражнять в ловкости, учить управлять ногой.	«Перепрыгни через линии» - упражнять детей в умении выполнять 3 прыжка без остановки с продвижением вперёд, отталкиваясь одновременно двумя ногами (линия на расстоянии чуть шире шага ребёнка).	«Влияние питания на рост и развитие организма ребёнка» - консультация медиков.
Вторник		Конспект №5			

Среда	Катание гимнастической палки стопой сидя на стуле – укреплять свод стопы (упражнение выполняется босиком).		В п/и «Самолёты» закрепить умение реагировать на зрительный сигнал. Сигнал для взлёта зелёный флажок, сигнал для посадки – жёлтый.	В игровом упражнении «Допрыгни до мяча и поиграй с ним» закрепить умение выполнять 4 прыжка с продвижением вперёд.	
Четверг		Конспект №6	В игровом упражнении «Пузырь» упражнять детей строить круг и медленно его расширять и сужать.	В спортивном зале приучать детей правильно переносить гимнастическую скамейку и предложить детям выполнять любимое упражнение на ней. Поощрять инициативу и самостоятельность детей.	
Пятница	Катание мячей (арбуза) друг другу – развивать умение энергично отталкивать мяч в определённом направлении. Дети сидят на ковре.		Игры по желанию детей. В игровом упражнении «По извилистой дорожке» закрепить умение детей ходить змейкой, огибая предметы.		

Октябрь: 4 неделя

Тема: Беличья кладовая (ягоды, грибы).

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	«Разложи кочки для зайца» - закрепить умение принимать правильное и.п. для ног (один ребёнок раскладывает кочки, другие дети «зайцы» становятся на них и спрыгивают, затем меняются).		В п/и «Автомобили» приучать детей реагировать на сигнал во время бега. Упражнять в ходьбе змейкой между деревьями «Мы гуляем по лесу».	«Прокати мяч под ножками большого стула» - закрепить умение принимать и.п. для ног при прокатывании, энергично отталкивать мяч.	Консультация «Профилактика плоскостопия у детей».
Вторник		Конспект №7			

Среда	«Пойди по мостику» - развивать функцию равновесия при ходьбе по скамейке. Пальчиковая гимнастика «Белка-продовец»		В п/и «Автомобили» приучать детей реагировать на звуковой сигнал. В игру вводится колокольчик – звонок колокольчика – остановка – «пропусти поезд».	«Кто больше соберёт грибов» - игра соревнование. Упражнять детей в ловкости при сборе грибов в корзину.	
Четверг	«Проползи по мостику» - упражнять детей в умении ползать по уменьшенной опоре (хват скамейки за края), развивать функцию равновесия.	Конспект №8	Спрыгивание с песочницы (20см) – закрепить умение принимать и.п. для ног, приземляться на две полусогнутые ноги на носки в обычной обуви.		
Пятница	Упражнения для укрепления свода стопы «Покатай палочку».		Название игры дети определяют сами, воспитатель вводит зрительный сигнал, а затем звуковой.	Прыжки с кочки на кочку – закрепить умение выполнять 4 прыжка с продвижением вперёд.	

Ноябрь: 1 неделя

Тема: Вот уж последняя стая крыльями машет в дали (дикие птицы).

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Ходьба (цапли), бег (лебеди), ползание между предметами – закрепить умение быстро менять направление движения.		В п/и «Поезд» закрепить умение ходить и бегать друг за другом в определённом направлении, в разном темпе. Слушать сигнал по ходу движения.	Перешагивание через гимнастические палки (цапли), разложенные на расстояние чуть шире ширины шага ребёнка, - упражнять в умении сохранять устойчивое положение для туловища.	Беседа о влиянии правильного

Вторник		Конспект №9	В п/и «Воробушки и автомобиль» закрепить умение бегать легко на носках в рассыпную, возвращаться в ограниченное пространство.	Игровое упражнение «Дома на улице» - закрепить умение строиться по росту. Игры детей с мячами – прокатывание друг другу, броски и бег за ним.	выполнения ходьбы, бега, прыжков на состояние опорно – двигательного аппарата.
Среда	«Прокатывание мяча по дорожке» - закрепить умение при прокатывании энергично отталкивать мяч. Длина дорожки 4м.		Спрыгивание с бордюра – закрепить умение принимать и.п. и мягко приземляться. В игре «Пузырь» закрепить умение строить круг, сужать его и медленно расширять.		
Четверг		Конспект №10	В игре «Весёлые воробьи» - приучать детей слушать сигнал, бегать в рассыпную, не останавливаясь. Имитировать движение воробья – машет крыльями, пьёт воду, зёрнышки клюёт.	«Скати мяч с горки» - закрепить умение придавать мячу определённое направление. Игры по желанию детей с большим мячом.	
Пятница	«Проползи и не задень»- упражнять детей в ползании между ножками большого стула. Дать детям понять, что можно задеть головой и спиной.		«Закати мяч в ворота» - упражнять детей в умении придавать мячу определённое направление при игре ногой.		

Ноябрь: 2 неделя

Тема: Кто в птичнике живёт?(домашние птицы)

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	«Пробеги по извилистой дорожке» - упражнять детей бегать змейкой между предметами.		В п/и «Мыши и кот» - приучать детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя.	В п/и «Птицы»- закрепить умение выполнять захват рейки круговым хватом.	Беседа о влиянии правильной обуви у детей на профилактику плоскостопия.
Вторник	«Пройди по мостику» - закрепить умение ходить приставным шагом боком. «Птичий двор» - упражнять детей в имитации движений – петуха, курицы, цыплят, утки, гуся.	Конспект №11	Упражнять детей в умении перешагивать через естественные препятствия, регулировать ширину шага.	«Прокати мяч по дорожке и сбей кеглю» упражнять в умении придавать определённое направление мячу, дорожка длиной 3м.	
Среда			В п/и «Самолёты» - приучать детей бегать легко, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, менять движение по сигналу воспитателя.	В п/и «Наседка и цыплята» - закрепить умение спрыгивать мягко, на полусогнутые ноги.	
Четверг	Упражнять в ходьбе по шнуру, развивать чувство равновесия.	Конспект №12	«Допрыгни до флажка» - закрепить умение выполнять прыжки с продвижением вперёд на двух ногах.	«Подлезь между ножками большого стула» - закрепить умение опускать голову и поднимать её в разные моменты подлезания.	
Пятница	Пальчиковая гимнастика.		В п/и «Зайцы и волк»- упражнять в умении выполнять легкие подпрыгивания на месте на двух ногах.	Самостоятельные игры с маленькими мячами.	

Ноябрь: 3 неделя

Тема: Животные домашнего подворья (домашние животные).

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	«Пойди боком по шнуру» - закрепить умение ходить боком приставным шагом.		В п/и «Мыши и кот» - приучать детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя.	«С кочки на кочку» - закрепить умение перешагивать из обруча в обруч, сохраняя равновесие. Самостоятельные игры с маленькими мячами.	Беседа о влиянии правильного выполнения ходьбы, бега, прыжков на состояние опорно – двигательного аппарата.
Вторник	«Домашние животные» - упражнять детей в имитации движений животных – кошка, собака, лошадь, корова, кролик и тд.	Конспект №13	В п/и «Догони меня» - закрепить умение бегать в одном направлении, развивать выносливость при пробегании 10м. Ходьба змейкой между предметами.		
Среда				Угадай кто как двигается» - закрепить умение имитировать движения разных животных и птиц.	
Четверг	Упражнения для укрепления свода стопы – «Покатай палочку», «Подними платочек».	Конспект №14	В п/и «Автомобили» - закрепить умение бегать врассыпную, реагировать на звуковой и зрительный сигнал. Упражнять детей в умении сильно отталкиваться при перепрыгивании через снежные валики.	Воспитатель называет «кролик» - дети прыгают, отмечается самый лучший кролик и тд.	
Пятница	«Проползи и не задень» - упражнять в умении ползать на ладонях и коленях под дугу высотой 50см.			Самостоятельные игры с маленькими мячами, разными по фактуре (резиновые, тряпичные, пласмасовые)	

Ноябрь: 4 неделя

Тема: Жизнь замечательных зверей (дикие животные).

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни	«Прокати мяч головой» - развивать у детей умение менять положение головы. «Звери в лесу» - упражнять детей в имитации движений животных – зайца, волка, лисы, медведя и тд.		В п/и «Зайцы и волк» - закрепить умение выполнять подпрыгивание в обычной одежде.	«Собери шишки» - закрепить умение наклонять голову в зависимости от высоты препятствия, ориентироваться в пространстве (воспитатель рассыпает шишки за стульями на расстоянии 2м, дети собирают шишки по одной и кладут в корзину).	Беседа о температурном режиме и закаливании детей (медсестра).
Вторник		Конспект №15	В п/и «Трамвай» - упражнять детей в построении парами по желанию, ходить парами, слушать сигнал по ходу движения.		
Среда			«Пройди по бордюру»- закрепить умение детей ходить приставным шагом боком.		
Четверг	«Прокати и проползи» - закрепить умение опускать голову и поднимать её при подлезании на ладонях и коленях под ножками большого стула, прокатывать мяч в определённом направлении, принимая правильное и.п. для ног.	Конспект №16	«Звери в лесу» - упражнять детей в имитации движений животных – зайца, волка, лисы, медведя и тд.	«Угадай кто как двигается» - закрепить умение имитировать движения разных животных и	

Пятница	Игры по желанию детей.		Самостоятельные игры детей. В группе дети выбирают атрибуты к играм самостоятельно.	птиц. Воспитатель называет «заяц» - дети прыгают, отмечается самый лучший заяц и тд.	
---------	------------------------	--	---	---	--

Декабрь: 1 неделя

Тема: Идёт волшебница зима!

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	«Пройди по шнуру» - закрепить умение ходить по шнуру боком приставным шагом, сохраняя правильную осанку. Шнур положить прямо, по кругу.		В п/и «Поезд» закрепить умение строить пары по желанию детей, ходить и бегать парами, слушать сигнал. «Ходьба по следам» - закрепить умение сохранять устойчивое положение при ходьбе и регулировать ширину шага.	Упражнять детей в прокатывании мяча (снежный ком) в прямом направлении и в сбивании им предметов с разного расстояния.	Беседа о создании условий для формирования правильной осанки. Требования к постели, мебели, влияние правильной ходьбы на формирование осанки.
Вторник		Конспект №17			
Среда	Прыжки с зажатым между ногами мячом «белочка с орешком» – закрепить умение отталкиваться сильно, приземляться на носки.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Прокатывание мяча головой – закрепить умение ползать на ладонях и коленях под стулом h 50см, не	

Четверг	Прокатывание мяча «снежный ком» друг другу из положения сидя. Упражнять детей в умении придавать определённое направление при прокатывании.	Конспект №18	«Перепрыгни через снежный валик» h 15см - закрепить умение отталкиваться сильнее ногами, приземляться на носки.	задевая головой. Мяч спущенный, расстояние 3м.	
Пятница			В п/и «Зайцы и волк» закрепить умение использовать прыжки с продвижением вперёд. Ходьба по бордюру – развивать чувство равновесия.	«Пойди по шнуру» боком приставным шагом.	

Декабрь: 2 неделя

Тема: Зимние забавы.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	«Пройди по канату» - закрепить умение ходить по шнуру боком приставным шагом, сохраняя правильную осанку.		В п/и «Зайцы и волк» закрепить умение использовать прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.	«Перепрыгни через палки» - упражнять детей в умении выполнять 4 прыжка слитно, приземляться на носки.	Предоставить родителям комплексы упражнений для формирования правильной осанки у малышей.
Вторник		Конспект №19			
Среда	«Докати мяч до стены» - упражнять в умении сочетать небольшой замах с прокатыванием большого мяча. Расстояние 4м, мяч не прыгает, а		Подвижные игры на спортивной площадке. Подъём и спуск с горки.	«Весёлая дорожка» - закрепить умение перешагивать через 10 гимнастических палок, сохраняя	

Четверг	катится.	Конспект №20	В п/и «Лохматый пёс» закрепить умение бегать врассыпную, действовать по сигналу. «Перепрыгни через снежный валик» - закрепить умение принимать и.п., приземляться одновременно на две ноги.	устойчивое равновесие.	
Пятница	Прокатывание мяча «снежный ком» в парах из положения сидя. Закрепить умение энергично отталкивать мяч в определённом направлении.		Игры по желанию детей. «Ходьба по следам» - закрепить умение сохранять устойчивое положение при ходьбе по следам.	Игра «Вьюга» развивать выразительность движения в зависимости от музыки.	

Декабрь: 3 неделя

Тема: В гостях у сказки.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	«Сбей кеглю» - закрепить умение прокатывать большой мяч в определённом направлении.		В п/и «Пузырь» закрепить умение строить круг, ходить по кругу не сужая его. Бегать в рассыпную, слушать сигнал. Ходьба по снегу, след в след.	«Прыжки через валики» - упражнять детей в принятии правильного и.п. .	Привлечь родителей в создании снежных построек для выполнения физических упражнений.
Вторник	«Катится колобок по дорожке»- закрепить умение прокатывать большой мяч в определённом направлении.	Конспект №21			

Среда	Ходьба между предметами в колонне, взявшись за руки (между стульями поставленными в ряд), ведущий воспитатель. Использовать образ трамвая, поезда.		В п/и «Птицы в гнёздах» закрепить умение быстро находить своё место. Гнездо нарисовать цветной водой на снегу.	«Проползи и прокати мяч головой» - закрепить умение ползать по дорожке.	
Четверг		Конспект №22	В п/и «Самолёты» развивать у детей выносливость при беге в рассыпную.		
Пятница	Игра «Репка»- упражнять детей в умении строиться друг за другом в определённом порядке.		Катание на санках с горки.	«С кочки на кочку» - закрепить умение в прыжках в обруч сочетать силу толчка, направление и правильное приземление.	

Декабрь: 4 неделя

Тема: Здравствуй праздник, Новый год!

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	В п/и «Воздушный шар» закрепить умение строить круг, ходить по кругу и бегать семенящим шагом.		П/и «Птицы в гнёздах» закрепить умение быстро находить своё место в момент погони. Катание на санках.	Повторить новогодние хороводы «Маленькой ёлочке холодно зимой» - учить детей согласовывать движения с	

Вторник		Конспект №23		текстом песни. «Ходьба по кирпичикам» – развивать функцию равновесия.	
Среда	«Отгадай по движению, кто пришёл в гости» - взрослый показывает или называет животное. Дети изображают его.		Игры по желанию детей. «Ходьба по следам» - закрепить умение сохранять устойчивое положение при ходьбе по следам	Ходьба по канату приставным шагом боком. Канат положить дугой. Повторить новогодние хороводы к утреннику.	
Четверг		Конспект №24			
Пятница	Пальчиковая гимнастика.		«Перепрыгни через снежный валик» h 15см - закрепить умение отталкиваться сильнее ногами, приземляться на носки.	«Проползи и прокати мяч головой» - закрепить умение ползать по дорожке.	

Январь: 3 неделя

Тема: : Дом в котором я живу (мебель).

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельни	Прыжки из обруча в обруч, закрепить умение приземляться мягко на две ноги.		В п/и «Птицы в гнёздах» закрепить умение взаимодействовать в игре.	Игра «Строим дом, дом большой» - упражнять в выполнении движений в соответствии с текстом	
Вторник	«Дома на улице» - упражнять в умении строиться, ходить друг за другом, не перегоняя.	Конспект №25	«Попади в круг льдинкой»- закрепить умение принимать и.п. для ног при броске одной рукой снизу.	«Пройди между стульями» - закрепить умение ходить змейкой в быстром темпе.	
Среда	«Пройди по мостику, перешагни кубики» закрепить умение при ходьбе по доске, положенной на пол, перешагивать через кубики, сохраняя равновесие.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №26	В п/и «Бездомный заяц» закрепить умение бегать врассыпную и быстро возвращаться в свой дом.	«Закати мяч в ворота» - закрепить умение отставлять ногу назад при метании малых предметов, расстояние 2м.	
Пятница	Построить из конструктора город с домами. Упражнять детей в умении обходить дома, не задевая их.			Создать условия для игр детей с мячами разного размера.	

Январь: 4 неделя

Тема: Федорино горе (посуда).

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	«Попади картошкой в кастрюлю» в метание малого мяча в корзину закрепить умение принимать правильное и.п. при броске одной рукой снизу.		В п/и «Найди свой цвет» упражнять детей в ориентировке в пространстве, бегать легко, не наталкиваясь. Катание на санках.	Ползание между предметами на ладонях и коленях – упражнять в умении ползать, не стуча коленями и не задевая предметы.	Беседа с родителями о влиянии действий с мячом на развитие координации движений.
Вторник		Конспект №27			
Среда	Ходьба колонной, взявшись за руки по 6 человек между детскими стульями. Ведущий ребёнок, закрепить умение ходить между предметами, взявшись за руки.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игра «Найди пару» используя парные картинки. Развивать ориентировку и быстроту реакций.	
Четверг		Конспект №28	В п/и «Зайцы и волк» закрепить умение подпрыгивать на месте, приземляться на две ноги на носки, бегать врассыпную. «Накорми снеговика»- бросание снежков в начерченный круг.	«Ходьба по кирпичикам»-развивать функцию равновесия. Упражнять детей в подбрасывании и ловле большого мяча вверх.	
Пятница	Игра «Найди свою пару». У детей предметы игрушечной посуды. По сигналу «найди пару», дети встают в пару с одинаковыми предметами.				

Январь: 5 неделя

Тема: Цветик – семицветик (комнатные растения).

Совместная деятельность с детьми II младшей группы	Взаимодействие
--	----------------

	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	с семьёй
Понедельни	«Пройди по шнуру» - закрепить умение ходить по шнуру боком приставным шагом, сохраняя правильную осанку. Шнур положить прямо, зигзагом.		В п/и «Самолёты» закрепить умение бегать врассыпную, не наталкиваясь. Дети делятся на три «экипажа», у каждого свой цвет места посадки. «Накорми зайчика морковкой»-упражнять детей в умении выполнять броски правой и левой рукой снизу в корзину, укреплённую на санках с расстояния 2м.	«Проползи по дорожке и пролезь в обруч» - закрепить умение пролезать в обруч d 60см.	
Вторник		Конспект №29			
Среда	«Собери цветок» - упражнять в умении быстро строится в круг в определённом месте.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игра «Найди пару» используя разрезные картинки с изображением комнатных растений. Развивать ориентировку и быстроту реакций. Самостоятельные действия с мячом.	
Четверг		Конспект №30	В п/и «Лохматый пёс» закрепить умение бегать врассыпную, действовать по сигналу.		
Пятница	«Угадай кто как двигается» - закрепить умение имитировать движения разных животных и птиц. Воспитатель называет «заяц» - дети прыгают, отмечается самый лучший заяц и тд.		Катание на санках с пригорка.		

Февраль: 1 неделя
Тема: Я – человек.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	«Попади мешочком в корзину» - закрепить умение выполнять бросок в корзину правой и левой рукой поочерёдно, правильно принимать и.п. для ног (расстояние 2м)		В п/и «Догони меня» развивать быстроту бега. «Кто самый меткий» - развивать меткость глазомер	Провести дидактическую игру «Найди красивого человека». Использовать и карточки сидящих за столом. Побеседовать, почему за столом нужно сидеть правильно, как держать спину, плечи. Предложить показать.	Беседа о влиянии пальчиковой гимнастики на развитие звуковой культуры речи у детей.
Вторник		Конспект №31			
Среда	«Сбей кеглю» - закрепить умение прокатывать мяч одной рукой снизу, правильно принимать и.п. для ног (расстояние 2,5м)		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	«Проползи по дорожке» в обруч под стул. Привлечь внимание детей к необходимости низко пригнуться, когда невысокое препятствие. Предложить детям подлезать от высокого к низкому препятствию.	
Четверг		Конспект №32	В п/и «Лохматый пёс» упражнять детей в умении бегать врассыпную не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве. Катание на санках.		
Пятница	«Проползи не задень» - закрепить умение ползать змейкой под ножками больших стульев, поставленных на расстоянии 50см друг от друга.			Самостоятельные действия с мячом.	

Февраль: 2 неделя
Тема: Я – человек.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	«Прокати мяч» - прокатывание большого мяча в парах друг другу. Закрепить умение энергично отталкивать большой мяч в определённом направлении (расстояние 3м).		В п/и «найди флажок» закрепить умение ориентироваться на площадке.	Логометрическое упражнение «Руки» стихотворение И.Демьянова.	Оформить картотеку по использованию комплексов пальчиковой гимнастики.
Вторник		Конспект №33	«Перепрыгни через снежный валик» - закрепить умение принимать и.п. для ног, приземляться на носки.	Логометрическое упражнение «Для чего ножки» стихотворение И.Демьянова.	
Среда	«Сбей забор» - закрепить умение прокатывать малый мяч одной рукой снизу, правильно принимать и.п. для ног (расстояние 2,5м)		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	«Ходьба перешагивая через валики» - упражнять в умении регулировать высоту подъёма ноги в зависимости от препятствия.	
Четверг		Конспект №34	П/и «Найди себе пару» - упражнять в умении быстро строится в пары.		
Пятница	«Пройди по шнуру» - закрепить умение ходить приставным шагом боком по шнуру, сохраняя осанку.		«Забрось снежок в круг» - упражнять в умении отставлять ногу назад при броске одной рукой снизу.	«С кочки на кочку» - в прыжках из обруча в обруч упражнять детей в умении прыгать на двух ногах, приземляясь на носки.	

Февраль: 3 неделя
Тема: Защитники Отечества.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	«Солдаты на учениях» - ходьба по шнуру приставными шагами боком, метание мешочка в набивной мяч (расстояние 2м). Развивать равновесие и глазомер.		В п/и «У солдат порядок строгий» упражнять детей в умении быстро строится в определённом месте в круг. «Меткие стрелки» - закрепить умение принимать и.п. для ног при броске одной рукой снизу в круг с расстояния 2м.	«Разведчики» - закрепить умение подлазать под шнур на ладонях и коленях.	
Вторник		Конспект №35			
Среда	«Подлезание в обруч» - закрепить умение подлезать в маленький обруч на ногах без помощи рук.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	«Найди свою пару» - закрепить умение строить пары от определённой черты, ходить парами, слушать сигнал.	
Четверг	Прокати малый мяч и подлезь под шнур (высота 55см) на ступнях без помощи рук. Упражнять детей подлезать на ногах без опоры на	Конспект №36	В п/и «Самолёты» закрепить умение бегать врассыпную не наталкиваясь, находить свой аэродром (по цвету флажка).		

Пятница	руки.		Катание на санках с горки.	Самостоятельные игры с большим мячом.	
---------	-------	--	----------------------------	---------------------------------------	--

Февраль: 4 неделя

Тема: Миром правит красота (одежда, обувь, головные уборы).

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник					
Вторник		Конспект №37			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		

Четверг		Конспект №38			
Пятница					

Март: 1 неделя

Тема: У мамы руки золотые.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник					
Вторник		Конспект №39			

Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №40			
Пятница					

Март: 2 неделя

Тема: Подводный мир.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни					

Вторник		Конспект №41			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №42			
Пятница					

Март: 3 неделя

Тема: В окно повеяло весной.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельни					
Вторник		Конспект №43			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №44			
Пятница					

Март: 4 неделя

Тема: От кареты до ракеты (транспорт).

Совместная деятельность с детьми II младшей группы	Взаимодействие
--	----------------

	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	с семьёй
Понедельник					
Вторник		Конспект №45			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №46			
Пятница					

Март: 5 неделя

Тема: Моя любимая игрушка.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник					
Вторник		Конспект №47			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №48			
Пятница					

Апрель: 1 неделя

Тема: Если хочешь быть здоров!

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни					
Вторник		Конспект №49			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №50			
Пятница					

Апрель: 2 неделя

Тема: Приведём в порядок планету.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни					
Вторник		Конспект №51			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №52			
Пятница					

Апрель: 3 неделя

Тема: Город мастеров.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник					
Вторник		Конспект №53			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №54			

Пятница					
---------	--	--	--	--	--

Апрель: 4 неделя

Тема: Широка страна моя родная.

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник					
Вторник		Конспект №55			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		

Четверг		Конспект №56			
Пятница					

Май: 1 неделя

Тема:

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни					
Вторник		Конспект №49			

Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №50			
Пятница					

Май: 2 неделя

Тема:

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни					

Вторник		Конспект №49			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №50			
Пятница					

Май: 3 неделя

Тема:

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельни					
Вторник		Конспект №49			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №50			
Пятница					

Май: 4 неделя

Тема:

Совместная деятельность с детьми II младшей группы	Взаимодействие
--	----------------

	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	с семьёй
Понедельник					
Вторник		Конспект №49			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №50			
Пятница					

Апрель: 1 неделя

Тема:

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник					
Вторник		Конспект №49			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №50			
Пятница					

Апрель: 1 неделя

Тема:

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник					
Вторник		Конспект №49			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №50			
Пятница					

Апрель: 1 неделя

Тема:

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник					
Вторник		Конспект №49			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №50			
Пятница					

Апрель: 1 неделя

Тема:

Совместная деятельность с детьми II младшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни					
Вторник		Конспект №49			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг		Конспект №50			
Пятница					

Октябрь: 1неделя
Тема: Осень, осень в гости просим!

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять детей в умении сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры с преодолением препятствий (перешагни через ветку)		В п/и «У медведя во бору» приучать детей выполнять бег с увёртыванием. Закрепить правильный хват руками при лазании по гимнастической стенке.	Закрепить умение выполнять энергичный замах одной рукой снизу . Бежать к мячу можно после того как он остановится.	Обсудить с родителями уровень физического развития ребёнка, его подвижность. Познакомить с результатами диагностики. Объяснить родителям о влиянии основных движений (ходьбы, бега , прыжков) на состояние здоровья детей.
Вторник	«Сбей кеглю»- закрепить умение сочетать силу броска и направление при прокатывании большого мяча двумя руками снизу	Конспект №1	Закрепить умение пользоваться бегом с увёртыванием в п/и «У медведя во бору» Упражнять детей в умении сохранять равновесие, передвигаясь приставным шагом боком по бордюру.	Упражнять в умении мягко приземляться при выполнении прыжков на 2-хногах.	
Среда	Упражнять детей в умении перебрасывать мяч друг другу.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Упражнять детей в отбивании мяча о землю и ловле его, захватывая с боков мягко.	
Четверг	В упражнении «Сбей кеглю мешочком» закрепить умение принимать правильное и.п. для ног при действии с малым предметом.		В п/и «Трамвай» закрепить умение ходить по краям площадки, придерживаясь правой стороны при встречном движении. На остановках выполнять задание(собери урожай, летай как птичка)	Упражнять детей в умении подбрасывать большой мяч перед собой повыше, ловить его, захватывая с боков.	

Пятница	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №2	В п/и «Зайцы в огороде» Закрепить умение запрыгивать в круг на 2-х ногах легко, опускаясь на полусогнутые ноги.	Игры по желанию детей.	
---------	-------------------------	-------------	---	------------------------	--

Октябрь:2 неделя

Тема: Леса – всей Земли краса! (деревья)

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять детей в умении выполнять подлезание, используя разные способы в зависимости от высоты препятствия: подлезание под сидение большого стула, детского стула, под стол.		В п/и «Найди своё дерево» развивать быструю ориентировку в пространстве и умение бегать не наталкиваясь, быстро меняя направление движения (а руках у детей по листочку от деревьев). Упражнять детей в ходьбе по наклонному скату, уточнить положение туловища.	Развивать у детей гибкость позвоночника. Задание: кто дальше отодвинет кубик и.п. сидя ноги врозь. Не сгибая колен наклониться и как можно дальше отодвинуть кубик.	Предложить родителям изготовить листья для физкультурного досуга.
Вторник	Развивать умение регулировать силу отталкивания при прокатывании мяча между ножками большого стула 2-3м. После прокатывания ребёнок ползёт, подлезает, догоняя мяч.	Конспект №3	В п/и «Перелёт птиц» закрепить умение быстро залазить на предметы. Закрепить умение принимать правильное и.п. при броске малыми предметами. Задание: попади в лунку.	Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по шнуру, положенному в форме квадрата, прямоугольника, овала. «Кто может пройти по шнуру, не глядя под ноги и не заблудиться».	

Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Предложить детям выполнить предыдущие задания, но с закрытыми глазами, держа голову прямо.	
Четверг	Закрепить умение принимать правильное и.п., выполнять энергичный замах и бросок при прокатывании большого мяча между ножками большого и маленького стула 2-3м. развивать глазомер и умение придавать мячу заданное направление. После прокатывания дети подлезают вслед за мячом.		В п/и «Найди своё дерево» закрепить быструю ориентировку в пространстве и умение бегать не наталкиваясь, быстро меняя направление движения (а руках у детей по листочку от деревьев).	Предложить детям самостоятельно определить форму расположения шнура и организовать пространственно выполнение упражнения в равновесии. Побуждать детей обозначать формы словом.	
Пятница		Конспект №4	Игры по желанию детей.	Игра в мини футбол. Развивать мелкую мускулатуру рук.	

Октябрь: 3неделя

Тема: Овощи и фрукты – здоровые продукты.

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	Закрепить умение выполнять энергичный замах одной рукой (Чьё яблоко укатится дальше).		В п/и «Зайцы и волк» упражнять в мягком приземлении при выполнении подпрыгиваний на месте на двух ногах, используя пружинистые движения в коленях. Развивать точность действия ногами в игре «Футболисты» 3м	Упражнять в умении ловить мяч захватывая его с боков. Подбрасывать его не высоко, но точно перед собой. Организовать перебрасывание мяча в паре со взрослым.	Подготовить альбом для пальчиковой гимнастики. Разучить с родителями 1-2 упражнения.
Вторник	Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по шнуру с дополнительными движениями рук (корзины с фруктами и овощами)	Конспект №5	В п/и «Перелёт птиц» упражнять в умении с хода выполнять правильный хват рейки гимн. стенки, лианы и правильную постановку ноги. Развивать точность действий ногами при попадании в ворота 3м	Упражнять в мягком приземлении при выполнении прыжков в высоту с места. Перепрыгивание через кучу листьев (Не сломай кучу)	
Среда	Пальчиковая гимнастика		Физкультурное занятие на свежем воздухе	Приучать детей регулировать силу отталкивания при выполнении прыжков в высоту с места: перепрыгивая через валики из листьев разной высоты 5-10см.	
Четверг	Упражнять детей в отбивании мяча о землю и ловле его, захватывая с боков мягко. Упражнение «Кто больше соберёт?» Детям дать корзины и по		Игры по желанию детей	Развивать прыгучесть, энергичное отталкивание и мягкое приземление при доставании до предмета на 5-10см выше поднятой руки ребёнка (Сорви грушу).	

Пятница	команде взрослого начать собирать муляжи фруктов и овощей.	Конспект №6	В п/и «Кролики» приучать детей подлезать под шнур, не задевая его. Организовать подъём на горку по скату и медленный спуск с неё.	Развивать функцию равновесия и формировать правильную осанку при ходьбе в задании «Перенеси мешочек на голове, передвигаясь по бордюру». Для затрудняющихся – ходьба с мешочком на голове между лежащими на земле ветками.	
---------	--	-------------	--	--	--

Октябрь: 4 неделя

Тема: Беличья кладовая (ягоды, грибы).

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять в умении прокатывать мяч в определённом направлении, ловить, захватывая с боков. Приучать к взаимодействию с партнёром. Организовать прокатывание большого мяча в парах 3 – 4 м.		В п/и «У медведя во бору» упражнять в умении пользоваться бегом на скорость или с увёртыванием в зависимости от ситуации. Предложить детям самим назначить место для расположения «медведя».	Упражнять в умении выполнять слитно 8 – 10 прыжков, приземляясь мягко, на полусогнутые ноги. Задание: перепрыгнуть через ручейки.	Обсудить с родителями отношение детей к пальчиковой гимнастике. Предложить обратный путь: дети разучивают упражнения с воспитателем, а для активизации
Вторник	Развивать умение действовать умело с мячом, правильно ловить и придавать определённое направление при прокатывании, бросании. Задание «Попади в	Конспект №7	Игры по желанию детей.	Повторить предыдущее задание, но ребёнок сам определяет ширину ручейков.	

Среда	ворота». Дети стоят напротив друг друга, а между ними ворота из кеглей. Расстояние следует регулировать с учетом умений играющих. Если умения разные, то расстояние до ворот для одного ребёнка увеличить, а для другого уменьшить.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Развивать у детей внимание к выполнению знакомых действий по слову в задании «Будь внимательным»: подойди ко мне, приползи, прибеги, прыгай к окну на двух ногах.	предложить научить выполнять родителей.
Четверг			В п/и «У медведя во бору» закрепить умение пользоваться бегом на скорость или с увёртыванием в зависимости от ситуации.	Физкультурный досуг «Осень»	
Пятница	Пальчиковая гимнастика «Белка-продовец» Упражнение «Найди где спрятано ». Предложить детям найти где спрятан гриб или ягода. Развивать внимательность.	Конспект №8	В п/и «Кто быстрее» упражнять в умении готовиться к быстрому бегу, выполнять ускорение и торможение, сохраняя равновесие. Закрепить умение перемещаться по наклонной поверхности с разным положением туловища: при подъёме – туловище наклонено вперёд, при спуске – слегка отклонить назад.	Упражнять в умении выполнять энергичное отталкивание и регулировать силу толчка с учётом расстояния.	

Ноябрь: 1 неделя

Тема: Вот уж последняя стая крыльями машет вдали (дикие птицы).

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Закрепить умение принимать правильное и.п. при метании мешочков в задании «Попади в мяч» (большой), лежащий на ковре, с расстояния 2м.		В п/и «Птицы в гнёздах» закрепить умение бегать в рассыпную, не наталкиваясь, ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на сигнал. «Гнёзда» расположены на одной стороне площадки.	Предложить детям показать, какими способами они могут подлезать, побуждать к названию, обозначению словом показанный способ.	Провести консультацию по охране органов зрения. Привлечь внимание к

Вторник	Привлечь внимание детей к оценке полученного результата при метании в мяч. Удалось попасть в мяч? Почему мешочек полетел дальше, чем лежит мяч? Что надо сделать чтобы попасть в мяч?	Конспект №9	В п/и «Кто быстрее» развивать умение выполнять ускорение и торможение резко, сохраняя равновесие. Упражнять в выполнении прыжков в длину с места в естественных условиях (через лужи), обращая внимание на мягкое приземление.	Вызвать понимание, что под разные высоты одинаково не подлезешь. Предложить подлезть и не задеть под большой стул, детский стул ,стол. Спросить детей, одинаково трудно было подлезать под разные препятствия, под какие легче, а под какие труднее.	контролю позы ребёнка при рассматривании книг, рисовании, оценки степени освещённости места.
Среда	Упражнять детей в умении регулировать силу броска при метании в горизонтальную цель. Предложить детям менять расстояние до мяча. Одинаково надо метать, когда мяч далеко и когда близко?		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Закрепить с детьми разные виды ходьбы: с высоким подниманием колена «цапля», на носочках «лебедь», пятки вместе носки врозь «пингвины», полуприседе «гуси» и т.д.	
Четверг	Предложить детям самостоятельно организовать сбивание мешочком мяча, используя броски правой и левой рукой. Побуждать детей действовать с разной дистанции.		В п/и «Гуси-лебеди» закрепить умение ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на сигнал. Развивать энергичный замах в метании шишек в даль.		
Пятница	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.	Конспект №10	Игры по желанию детей. Развивать функцию равновесия при ходьбе по бордюру разными способами.	В играх с мячами (прокатывание, сбивание) упражнять в умении принимать правильное и.п. для ног в зависимости от величины мяча.	

Ноябрь: 2 неделя
Тема: Кто в птичнике живёт? (домашние птицы)

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Закрепить умение принимать правильное и.п., выполнять энергичный замах и бросок при прокатывании малого мяча в ворота. Развивать глазомер и умение придавать мячу заданное направление.		В п/и «Наседка и цыплята» закрепить умение пользоваться подлезанием на согнутых ногах без рук. Ходьба по разным грунтам.	Закрепить с детьми разные виды ходьбы: с высоким подниманием колена «петушок», на носочках «цыплята», полуприседе «гуси» и т.д.	Разучить с родителями упражнения для укрепления мышц глаз, выделить их суть.
Вторник		Конспект №11	В п/и «Кто быстрее» развивать умение выполнять ускорение и торможение резко, сохраняя равновесие. Прыжки через естественные препятствия (лужи, ветки, кочки).	Развивать у детей умение при перемещении придерживаться заданного направления в задании: «Пройди по лабиринту и не заблудись». Стрелками обозначается путь продвижения приставным шагом пятку к носку. Ребёнок идёт справа от стрелок. Путь пролагается зигзагообразно, по спирали. Стрелки могут вырезаться из картона.	
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Предложить одним детям проложить лабиринт, а другие – проходят по нему. Развивать взаимодействие, умение считаться с интересами партнёров.	
Четверг	Упражнять в умении выполнять ползание, осторожно поворачивая при огибании предметов. «Проползи, огибая кегли, и не урони».		В п/и «Наседка и цыплята» закрепить умение пользоваться подлезанием на согнутых ногах без рук, развивать быстроту реакции при убегании.		

Пятница	Предложить детям самим расставить кегли для себя и проползти, не уронив их.	Конспект №12	Игры по желанию детей.	Закрепить умение действовать по плану при метании снизу одной рукой «Сбей колпак». Сбивание выполняется полиэтиленовым мячом. Что нужно сделать сначала? А потом?	
---------	---	--------------	------------------------	---	--

Ноябрь: 3неделя

Тема: Животные домашнего подворья (домашние животные).

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять детей в умении различать направление толчка при выполнении прыжка в длину с места (через ручей) и в высоту с места (через бруски h- 10см). Упражнять детей энергично отталкиваться одновременно 2 ногами.		В п/и «Кролики»- упражнять в подлезании под шнур в быстром темпе. Упражнять в метании «Кто дальше бросит шишку».	Предложить детям определить, что должно измениться при перебрасывании мешочка через мяч, расположенный на рас-и 4-5м и 2м. отметить значимость замаха для увеличения дальности броска.	
Вторник	Предложить детям перенести мяч среднего размера, зажав его между коленями, через ручей и через брусок. Спросить что разного, когда перепрыгиваешь через ручей и брусок.	Конспект №13	В п/и «Не попадись в мышеловку» упражнять в беге врассыпную, не наталкиваясь, в использовании ускорения, развивать смелость.	Предложить детям самостоятельно определить форму расположения шнура и организовать пространственно выполнение упражнения в равновесии. Побуждать детей обозначать формы словом.	

Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Предложить детям назвать, какие действия с большим мячом можно выполнять в групповой комнате и где можно действовать, объяснить почему. Игры с большим мячом.	
Четверг	Упражнять детей в умении сохранять равновесие при ходьбе по канату приставным шагом прямо.		В п/и «Мыши в кладовой» приучать выполнять подлезание на ступнях без помощи рук в быстром темпе.	Упражнять в умении придавать заданное направление при прокатывании большого мяча. Организовать прокатывание в парах через ножки большого стула с рас-я 2м.	
Пятница	Игры для укрепления свода стопы: покатай мячик ногой, собери карандаши ногой, кто больше соберёт орешков.	Конспект №14	Игры по желанию детей.	В играх с бельбоки развивать мелкую моторику рук, глазомер.	

Ноябрь: 4 неделя

Тема: Жизнь замечательных зверей (дикие животные).

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	Развивать у детей умение выполнять ползание и подлезание разными способами. Предложить задание: «Проползи между кеглями и не задень их». Кегли стоят в ряд ширина 40см. прежде чем ребёнок приступит к выполнению, спросить: «Ты как, каким способом хочешь проползти? На какое животное это похоже?». В конце дорожки детский стол, а за ним - стул.		В п/и «Зайцы и волк» упражнять в мягком приземлении при выполнении прыжков. Предложить детям самим определить местонахождение домиков зайцев.	Игры детей с большим мячом: подбрасывание, отбивание, перебрасывание в парах.	Пригласить родителей к просмотру гимнастики для глаз.
Вторник		Конспект №15	Организовать прохождение по территории д/с по маршруту, обозначенному стрелками. По пути следования предусмотреть преодоление естественных препятствий. Ведущие – дети.	Упражнять детей в умении сохранять правильную осанку при прохождении между шнурами с мешочком на голове.	
Среда	Предложить детям определить траекторию полёта мешочка при забрасывании в коробку и при броске в задании: «Кто дальше отодвинет коробку».		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Предложить детям подобрать разные препятствия для подлезания, оценить необычные, новые. Дети преодолевают предложенные препятствия разной высоты. Побуждать детей к названию способа: ты как подлезал? А как ты смог подлезть и не задеть? Что ты делал чтобы не задеть? На какое животное это похоже?	
Четверг	Упражнять детей в умении выбирать правильную траекторию полёта мешочка в задании: - попади в коробку; - кто дальше отодвинет коробку.		В п/и «У медведя во бору» закрепить умение пользоваться бегом на скорость или с увёртыванием в зависимости от ситуации.		
Пятница	Упражнять детей в умении пользоваться различной траекторией при метании мешочка в задании: - перебрось мешочек через большой мяч с рас-я 3м. - сбей мяч с рас-я 2,5м.	Конспект №16	В п/и «Цветные автомобили» упражнять в быстром беге в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. Развивать быстроту реакций. Приучать детей использовать разную ширину шага в зависимости от поверхности.	Упражнять в умении пользоваться разными движениями в задании: «Перенеси мешочек в дом». Между кеглями – на спине; через ручей – зажать между ногами; через мостик – на голове. При ошибке – потере мешочка – возвращаться к началу.	

Декабрь: 1 неделя
Тема: Идёт волшебница зима.

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Для развития функций равновесия использовать ходьбу по шнуру приставными шагами пятку к носку. Для одних детей разложить шнур по прямой, а другим предложить самим определить форму расположения шнура. Привлечь внимание детей к прямому положению головы «У кого ноги сами знают дорогу, по которой надо пройти».		В п/и «У медведя во бору» упражнять в умении готовиться к выполнению бега из положения стоя спиной к направлению движения и выполнять быстрый разворот.	Упражнять детей в умении пользоваться разными движениями для выполнения задания «Помоги мешочку добраться до дому»: ползание – на спине, перепрыгивание – между коленями, метание в коробку. Организовать выполнение задания в виде игры-эстафеты.	Консультация о влиянии двигательного режима на здоровье детей.
Вторник		Конспект №17	Закрепить умение принимать правильное и.п. при метании малого предмета снизу одной рукой «Чья льдинка проскользит дальше по ледяной дорожке»		
Среда	Пальчиковая гимнастика «Зимняя прогулка». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	В п/и «Вьюга» развивать выразительность движения в зависимости от музыки.	
Четверг	Упражнять детей в умении отбивать об пол большой мяч и ловить его захватывая с боков. Предложить детям подумать, где можно отбивать мяч, от чего зависит высота		Игры по желанию детей.	Упражнять детей в умении бросать мяч (снежок) в горизонтальную цель. Развивать глазомер.	

Пятница	подпрыгивания мяча. Согласовывать движения рук и ног при отбивании и ловле мяча.	Конспект №18	В п/и «Цветные автомобили» упражнять в быстром беге в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. Развивать быстроту реакций.	Упражнять детей в перебрасывании мяча друг другу, регулировать силу броска.	
---------	--	--------------	---	---	--

Декабрь: 2 неделя

Тема: Зимние забавы.

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Закрепить умение принимать правильное и.п. при прыжках в длину с места.		П/и «Заморожу» - приучать детей стоять не двигаясь, если тебя поймали. Закрепить правила посадки на санки: нельзя скатываться лёжа, можно только сидеть; ноги разведены в стороны.	Упражнять в умении планировать выполнение заданий в игре «Помоги мешочку добраться до дома». Развивать самостоятельность в использовании разученных движений.	Рассмотреть пути увеличения двигательной активности детей зимой.

Вторник	Упражнять в умении сохранять равновесие при ходьбе по кирпичикам из строительного материала, положенного по прямой. Закрепить умение принимать и.п. и мягко приземляться в прыжках в длину с места. ----- -----	Конспект №19	В п/и «Цветные автомобили» упражнять в умении выполнять ходьбу спиной вперёд на ограниченном пространстве, начинать быстрый бег из положения стоя лицом, спиной к направлению движения.	Закрепить правила в п/и «Снежок». Самостоятельные игры детей с мячом.	
Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе. Обучение ходьбе на лыжах.	Упражнять в умении слитно выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Приучать пользоваться меркой при размещении пособий (разместить кирпичики на расстоянии 3 ступней)	
Четверг	Упражнять детей в умении подбрасывать вверх и ловить мяч после отскока. Что нужно делать, чтобы к мячу низко не клониться, а он сам бы подпрыгивал выше?		Игры по желанию детей.		
Пятница		Конспект №20	П/и «Заморожу» упражнять в беге с увёртыванием. Катание на санках и лыжах.	Выполнение физических упражнений по желанию детей.	

Декабрь: 3 неделя

Тема: В гостях у сказки.

Совместная деятельность с детьми средней группы	Взаимодействие
---	----------------

	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	с семьёй
Понедельник	«Перенеси мешочек на голове по кочкам» - развивать у детей умение сохранять равновесие. Предложить детям разместить 10 кирпичиков на расстоянии 2-х ступней. Привлечь детей к запоминанию ширины шага.		В п/и «Гуси-лебедь» развивать быстроту реакции у детей. Катание детей на санках.	«Катится колобок по дорожке» - упражнять в прокатывании большого мяча в ограниченном пространстве.	Провести консультацию «Профилактика плоскостопия у детей»
Вторник	Упражнять детей в умении сохранять равновесие при ходьбе по кирпичикам, расположенных «ёлочкой». Закрепить умение выполнять прыжок в длину с места.	Конспект №21	В п/и «Цветные автомобили» упражнять в быстром беге в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. Развивать быстроту реакций.	«Сдвинь кубик (дом)» - развивать силу броска малого мяча так, чтобы сдвинуть кубик.	
Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Предложить детям оценить свои возможности в прыжках в длину с места «До какой игрушки ты допрыгнешь». Побуждать детей проговаривать, до какой игрушки могут допрыгнуть.	
Четверг	Упражнять детей в отбивании маленького мяча об пол и ловле его 8-10 раз подряд, согласуя движения рук и ног. Предложить детям использовать разную силу отталкивания, оценить высоту подпрыгивания мяча. Организовать отбивание и ловлю теннисного мяча.		В п/и «Бездомный заяц» развивать быстроту реакции у детей. Упражнять в прыжках через снежные валики.	Ходьба по канату с закрытыми глазами. Канат положить дугой,	
Пятница		Конспект №22	Игры по желанию детей.	Игра –инсценировка «Теремок» - упражнять детей в имитации движений животных. Мышка бежит на носочках, заяц прыгает и тд.	

Декабрь: 4 неделя

Тема: Здравствуй праздник, Новый год!

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Развивать у детей выразительность в действиях, способность передавать в движениях характерные признаки поведения животных. Предложить детям оценить, у кого получается лучше.		В п/и «Цветные автомобили» упражнять детей в умении начинать быстро бег из разных и.п. Катание на санках.	Повторить новогодние хороводы. Упражнять в умении согласовывать движения рук и ног, добиваться выразительности движений.	
Вторник	Организовать задание в виде загадки: ребёнок или взрослый изображает животного, дети отгадывают, а затем повторяют движения.	Конспект №23	В п/и «У медведя во бору» упражнять в умении готовиться к выполнению бега из положения стоя спиной к направлению движения и выполнять быстрый разворот.		
Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Упражнять в умении выполнять метание снизу одной рукой: принимать правильное и.п., прицеливание, замах, бросок в задании «Сбей кеглю».	
Четверг	Предложить детям назвать и показать различные действия с большим мячом: ребёнок называет, выполняет его, а другие дети оценивают правильность		В п/и «Ёлочка и лесник» упражнять детей в умении принимать правильную осанку, формировать выразительность, плавность движений.	В прыжках из обруча в обруч побуждать детей пользоваться разными прыжками: на двух ногах с продвижением вперёд, на одной ноге, по-лягушачье и т.д.	

Пятница	выполнения и предлагают 2-3 детям повторить. Воспитатель побуждает детей отметить, можно ли так действовать с мячом в группе.	Конспект №24	Игры по желанию детей.	Игры по желанию детей.	
---------	---	--------------	------------------------	------------------------	--

Январь: 3 неделя

Тема: Дом в котором я живу (мебель).

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	«Пройди и не задень» быстрая ходьба между стульчиками поставленными в ряд.		В п/и «Кролики» закрепить умение подлезать быстро на ступнях без рук высота шнура 70см.	Упражнять в согласовании движений с текстом песни «Строим дом» муз. М. Красева.	Оформить альбом видов осанки, привлечь внимание родителей к характерным искривлениям и влиянию осанки на состояние здоровья.
Вторник	Для развития функции равновесия предложить детям пройти по шнуру приставными шагами пятку к носку, соблюдая правильную осанку. Форму расположения шнура выбирают дети.	Конспект №25	«Нарисуй ёлочку ногами» - ходьба пятки сближены, носки разведены. Отметить у кого ёлочка получилась густая и высокая.	Игра «Найди пару» используя разрезные картинки с изображением мебели. Развивать ориентировку и быстроту реакций.	

Среда	Пальчиковая гимнастика «Строим дом». Гимнастика для глаз.		Физкультурный досуг на свежем воздухе «Зимние забавы».	«Кто быстрее построит дом» упражнять в умении быстро добежать взять кирпичек и построить дом из 4-5 элементов. Отметить не только быстроту, но и красоту постройки.	
Четверг	Ходьба между шнурами по дорожке шириной 15см с закрытыми глазами. Развивать умение сохранять равновесие.		В п/и «Цветные автомобили» упражнять в умении начинать бег из и.п. стоя спиной к направлению движения, выполнять бег с ускорением. Катание на санках.		
Пятница	«Прокати мяч» между ножками большого стула. Упражнять в умении придавать мячу определённое направление.	Конспект №26	Игры и упражнения по желанию детей.	Упражнять в согласовании движений с текстом песни «Строим дом» муз. М. Красева.	

Январь: 4 неделя

Тема: Федорино горе (посуда).

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять в прокатывании большого и маленького мяча в парах. Побуждать к точной передаче направления и правильному захвату мяча при ловле. Привлечь внимание детей к и.п. при прокатывании м. мяча.		В п/и «Ловишки» упражнять в умении выполнять ускорение. Дети стоят на расстоянии 3-4м от края площадки, на которой располагаются 3 ловишки. По сигналу «лови» они догоняют убегающих.	Упражнять детей в умении подлезать быстро с хода под препятствие h 50см. побуждать детей попробовать выполнить задание разными способами и оценить скорость продвижения.	Беседа о влиянии физической нагрузки на укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной

Вторник	«Кто быстрее поменяет предмет»-упражнять в быстроте реакции. Предметы – детская посуда.	Конспект №27	Скольжение по ледяным дорожкам. Следить за соблюдением группировки.	Игра «Найди пару» используя разрезные картинки с изображением посуды. Развивать ориентировку и быстроту реакций.	систем.
Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игра «Накорми белку» - броски мешочков в корзину, расстояние 2,5м. развивать меткость.	
Четверг	Упражнять детей в умении прокатывать и ловить мяч в парах с разного расстояния.		В п/и «Цветные автомобили» развивать умение быстро менять скорость бега, увертываться. Скольжение по ледяным дорожкам, катание на санках.	Игры по желанию детей.	
Пятница	Привлечь внимание детей к осанке человека. при рассматривании альбома с изображением людей с различной осанкой, предложить рассказать все нарисованные люди красиво выглядят? Почему? Предложить детям показать нарисованную позу, а другие дети отмечают, красиво выглядит человек или нет.	Конспект №28	Игры и упражнения по желанию детей.	Упражнения по отбиванию м. мяча о пол, прокатыванию, сбиванию мячом кеглей и других предметов. Побуждать детей действовать правой и левой рукой, меняя и.п. для ног.	

Январь: 5 неделя

Тема: Цветик – семицветик (комнатные растения).

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Вернуться к рассматриванию альбома «Осанка». Предложить детям определить, от положения каких частей тела зависит красивая осанка: от положения плеч и головы.	Конспект №29	В п/и «Взятие крепости» упражнять детей в умении выполнять энергичный замах вперёд-вверх при метании: закрепить умение принимать и.п. при действиях со снежком. В качестве крепости можно использовать снежную постройку или гимнастическую стенку (чей снежок окажется по другую сторону стенки, тот и поразил крепость).	Предложить детям оценить свои возможности в прыжках в длину с места «До какой игрушки ты допрыгнешь». Побуждать детей проговаривать, до какой игрушки могут допрыгнуть.	
Вторник	Ходьба по шнуру, сохраняя правильную осанку. Развивать функцию равновесия, формировать оценочные суждения относительно положения головы и плеч при ходьбе.				
Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игра «Найди пару» используя разрезные картинки с изображением комнатных растений. Развивать ориентировку и быстроту реакций	
Четверг	Упражнять детей в умении пользоваться различной траекторией при метании мешочка в задании: - перебрось мешочек через большой мяч с расстояния 3м. - сбей мяч с расстояния 2,5м.		В п/и «Ёлочка и лесник» упражнять детей в умении принимать правильную осанку, формировать выразительность, плавность движений.	Ритмические движения детей под музыку с короткими лентами.	

Пятница	В ходьбе по шнуру приставным шагом пятку к носку с закрытыми глазами развивать функцию равновесия и предложить детям оценить, правильно ли он держит голову и плечи. Другой ребёнок выступает в качестве судьи.	Конспект №30	В п/и «Взятие крепости» побуждать детей регулировать силу броска в зависимости от расстояния 2-3м.	Игры и упражнения по желанию детей.	
---------	---	--------------	--	-------------------------------------	--

Февраль: 1 неделя

Тема: Я – человек.

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Провести дидактическую игру «Найди красивую осанку». На перевёрнутых карточках изображены люди с разной осанкой. Ребёнок берёт карточку и отмечает красивая осанка или нет. Использовать и карточки сидящих за столом. Побеседовать, почему за столом нужно сидеть правильно, как держать спину, плечи. Предложить показать.		В п/и «Наседка и цыплята» упражнять детей в умении пользоваться мягким спрыгиванием в естественных условиях. Развивать способность выполнять подлезание на ступнях без помощи рук. Упражнять в метании снежков вдаль «Кто дальше бросит».	Прыжки из обруча в обруч. Упражнять в мягком приземлении.	Обсудить состояние осанки у ребёнка, наличие самоконтроля за положением различных частей тела у детей при сидении за столом.

Вторник	Логометрическое упражнение «Руки» стихотворение И.Демьянова.	Конспект №31	В п/и «Наседка и цыплята» закрепить умение пользоваться перепрыгиванием в естественных условиях (высота снежных валиков 10 см) Катание детей на санках и лыжах.	В игре «Попади в мяч» закрепить умение принимать правильное и.п. при метании в большой мяч. Выполнить метание мешочком с расстояния 3м.	
Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Логометрическое упражнение «Для чего ножки» стихотворение И.Демьянова.	
Четверг	Развивать функцию равновесия при ходьбе по шнуру с закрытыми глазами.		В п/и «Ёлочка и лесник» упражнять детей в умении принимать правильную осанку, формировать выразительность, плавность движений. Упражнения на равновесие: ходьба по снежным валикам прямо и боком.	Упражнения с мячами по выбору детей.	
Пятница	Показать детям связь между осанкой и состоянием человека. как можно узнать, что человек устал? если человек сильный, крепкий, то какая у него осанка? Предложит детям показать правильную осанку в положении стоя и сидя.	Конспект №32	Игры и упражнения по желанию детей.	Упражнения по отбиванию м. мяча о пол.	

Февраль: 2 неделя

Тема: Я – человек.

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Ползание на четвереньках: на ладонях и коленях, на ладонях и ступнях, на предплечьях и коленях между кубиками, расположенными по прямой.		Катание на санках «Чья тройка быстрее». Дети делятся на тройки, один сидит на санках, а двое везут. Тройки выстраиваются по линии. По сигналу бегут на противоположную сторону (10-15м). затем на санки садится другой ребёнок, и гонки продолжаются. Метание снежков в окно крепости. Упражнять в использовании замаха при метании и выборе способа метания в зависимости от высоты расположения препятствия.	Логометрическое упражнение «Руки» стихотворение И.Демьянова	Обсудить меры по укреплению здоровья у часто болеющих детей. Оценить эффективность использования физических упражнений.
Вторник		Конспект №33		В задании «Помоги мешочку добраться до домика» упражнять детей в умении пользоваться разученными движениями, самостоятельно оценивать успешность выполнения. Ребёнок проносит мешочек на голове, проходя по шнуру; подлезая под дугой – мешочек на шее; перепрыгивая через ручей, держа мешочек в руке; забрасывать мешочек в корзину. При неудачном выполнении движение повторяется. Можно организовать параллельные действия 2-3 детей.	
Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг	Логометрическое упражнение «Для чего ножки» стихотворение И.Демьянова.		Игры и упражнения по желанию детей.		
Пятница	Ползание между стульями на ладонях и ступнях и на ладонях и коленях. Отметить, каким способам передвигаться быстрее. Приучать детей обозначать словом используемый способ.	Конспект №34	В п/и «Ловишки» упражнять в умении выполнять ускорение.	Предложить детям самим придумать препятствия при доставки в «дом» мяча. Поощрять новизну заданий, умение создавать условия для заданий.	

123

Февраль: 3 неделя

Тема: Защитники Отечества.

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнение «Попади в танк» - развивать глазомер, точность попадания (расстояние 2 м)		В п/и «У солдат порядок строгий» упражнять детей в умении быстро строится в определённом месте в колонну, круг. Скольжение по ледяным дорожкам, сохраняя равновесие.	Упражнение на согласование речи с движением «Будем в армии служить»	Привлечь родителей к подготовке физкультурного досуга.
Вторник	Логоритмическое упражнение «Парад» Упражнять в движениях согласно тексту стихотворения В. Волина	Конспект №35	Игра - соревнование «Артиллеристы», упражнять в попадании в цель. Чья команда больше собьёт колпачков. Катание с горки с заданием : взять на ходу предмет, находящийся с лева или справа.	Игра «Кольцебросы». Предложить детям набрасывать на стержни, находящиеся на расстоянии 2м, 2,5м, 1,5м, но с разным начислением очков. Приучать регулировать силу броска в зависимости от расстояния до цели.	
Среда	Пальчиковая гимнастика «Бойцы - молодцы». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг	Развивать ориентировку в пространстве в игре «Внимательные разведчики» (найди флажок).	Конспект №36	В п/и «У солдат порядок строгий» упражнять детей в умении быстро строится в определённом месте в колонну, круг. Катание с горки на ледянках с заданием: прокатись в ворота.	Упражнение на согласование речи с движением «Будем в армии служить»	

Пятница	Упражнение «Попади в танк» - развивать глазомер, точность попадания (расстояние 2 м)		Подвижные игры по желанию детей.	Физкультурный досуг «Аты-баты мы солдаты»	
---------	--	--	----------------------------------	---	--

Февраль: 4 неделя

Тема: Миром правит красота (одежда, обувь, головные уборы).

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять детей в отбивании и ловле мяча разного размера. Развивать согласованные действия рук и ног. «Кто дольше не уронит мяч»		В п/и «Дотронься до спины» упражнять детей в беге, продвигаясь боком, спиной вперёд, сохраняя равновесие. Скольжение по ледяным дорожкам. Следить, чтобы дети скользили на полусогнутых ногах.	В прыжках из обруча в обруч закрепить умение прыгать на одной ноге с продвижением вперёд.	
Вторник	В упражнении «Чей мяч послушный» закрепить умение отбивать и ловить мяч не сходя с места, регулируя силу отталкивания и направление.	Конспект №37		Для развития гибкости и укрепления свода стопы предложить детям поднять с помощью ног карандаш, конструктор.	
Среда	Пальчиковая гимнастика «Подарки с ярмарки». Гимнастика для глаз.			Ходьба по ребристой доске, сохраняя правильную осанку.	

Четверг	Упражнение «Сбей колпак» с расстояния 2м. На одинаковом расстоянии расположить 5 колпаков, под каждым из которых лежит фантик. Победитель тот, кто больше наберёт фантиков.		Подвижные игры по желанию детей.	В прыжках из обруча в обруч закрепить умение прыгать на одной и двух ногах с продвижением вперёд.	
Пятница	Упражнение «Сбей колпак» с расстояния 2м, 2,5м, 3м. начинает ребёнок с ближнего расстояния, при попадании переходит на следующую линию.	Конспект №38	В п/и «Мыши в кладовой» упражнять детей в быстром подлезании, не задевая, и самостоятельном выборе способа подлезания для успешных действий. Скольжение по ледяным дорожкам	Упражнения по желанию детей.	

Март: 1 неделя

Тема: У мамы руки золотые.

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять детей в равновесии с закрытыми глазами, стоя на одной ноге «Кто дольше простоит»		В п/и «Перелёт птиц» упражнять в выполнении действий сразу после сигнала. Метание снежков в цель.	Упражнение на координацию речи с движениями «Дело было вечером...» по С. Михалкову.	

Вторник	Игра «Кто назовёт больше действий». Воспитатель называет профессию и бросает мяч ребёнку. Ребёнок ловит мяч и называет одно действие и возвращает мяч обратно.	Конспект №39	В п/и «Мы весёлые ребята» предложить детям самим назвать местонахождения ловишки. Развивать умение быстро перестраиваться в соответствии с вариантом и действовать по обстановке. Метание снежков вдаль «Кто дальше бросит»	Профилактика плоскостопия «Кто больше соберёт волшебных орешков» Игра «Кто мы будем мы не скажем, а вот действие покажем».	
Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Дать детям объяснение, как правильно отжиматься. Поупражнять в отжимании.	
Четверг	Упражнять детей в ориентировке. Игра «Близко - далеко»	Конспект №40	В п/и «Перелёт птиц» упражнять в выполнении действий сразу после сигнала.	Упражнение «Кто больше отождётся»	
Пятница	Упражнять детей в метании набивного мяча в обруч, и.п. сидя, мяч над головой Расстояние 2м.		Ориентирование на местности «Найди клад». Задание двум подгруппам разное. Катание на ледянках.	Упражнение на координацию речи с движениями «Дело было вечером...» по С. Михалкову.	

Март: 2 неделя

Тема: Подводный мир.

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	Игра «Море волнуется». Упражнять детей в умении изображать морских животных.		В п/и «Догони» упражнять в беге с увёртыванием. Развивать быстроту реакции. Развивать чувство равновесия в ходьбе по бордюру, приставляя пятку одной ноги к носку другой.	Логоритмическое упражнение «Море». Упражнять в умении согласовывать движения со словами.	Беседа с родителями о соблюдении теплового режима (одежда детей в тёплое время года)
Вторник	Развивать у детей равновесие при выполнении ходьбы приставным шагом по шнуру с закрытыми глазами.	Конспект №41	В п/и «Заморожу» упражнять детей в беге с ускорением, сохраняя равновесие. Дети клюшкой и ногой закатывают льдинки в ворота.	Игра «Чья команда меткая». Сбивание кеглей поставленных в шахматном порядке, мешочком с расстояния 3м.	
Среда	Пальчиковая гимнастика «Чудо-юдо рыба-кит». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игра «Море волнуется». Упражнять детей в умении изображать морских животных.	
Четверг	Упражнять детей в отбивании и ловле мяча в парах с отскоком от пола. Побуждать к согласованию движений рук и ног при ловле и отбивании.	Конспект №42	В п/и «Берегись акула» упражнять детей в соблюдении правил и умении бегать не натакиваясь.	«Кто меньше сделает прыжков». Упражнять в энергичном отталкивании и мягком приземлении при выполнении прыжков, расстояние 5м.	
Пятница	Игра «Море волнуется». Упражнять детей в умении изображать морских животных.		В п/и «Догони» упражнять в беге с увёртыванием. Развивать быстроту реакции. Прыжки между лужами, через ручейки.	Пальчиковая гимнастика «Морские животные» В. Волина	

Март: 3 неделя

Тема: В окно повеяло весной.

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнение «Сбей колпак» с расстояния 2,5м. На одинаковом расстоянии расположить 5 колпаков, под каждым из которых лежит фантик. Победитель тот, кто больше наберёт фантиков. Приучать детей строго соблюдать правила выполнения действий с обозначенной линии.		В п/и «Бездомный заяц» познакомить детей с содержанием и правилами игры. Развивать быстроту реакции и быстроту начала действий. Закрепить умение загонять льдинку ногой в ворота. Отметить с какого расстояния удаётся детям поразить ворота.	Ходьба по наклонной поверхности, закрепить умение правильно держать тело при подъёме и спуске. Для сохранения равновесия, закрепить умение ходить на передней части стопы, опираясь на пятки, в зависимости от поверхности.	Рассмотреть ползу действий с мячами для развития мелкой мускулатуры рук. Оформить альбом игр и упражнений с мячом
Вторник	Ходьба по коврикам и шнуру, положенному волной с закрытыми глазами.	Конспект №43	В п/и «Найди своё дерево» упражнять в умении быстро находить дерево, которое назвал воспитатель. Ходьба по разновысотным пенькам, сохраняя равновесие. Развивать у детей подъёмную силу мышц ног.	Логоритмическое упражнение «На лужайке по утру»	
Среда	Пальчиковая гимнастика «В лесу». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Упражнять детей в подъёме и спуске по лестнице, не держась за перила, соблюдать темп ходьбы.	

Четверг	Ходьба по шнуру с закрытыми глазами «Отгадай, как лежит шнур»: прямоугольно, кругом, волной и т.д. Логоритмическое упражнение «На лужайке по утру»	Конспект №44	В п/и «Бездомный заяц» приучать детей быстро определять направление бега в зависимости от действий ловишки Закрепить умение загонять льдинку ногой в ворота. Предложить действовать с разного расстояния	Действия детей с предметами под музыку. Упражнять в ритмичном выполнении упражнений.	
Пятница			Подвижные игры по желанию детей.	В игре «Передай мяч» упражнять детей в точном прокатывании мяча.	

Март: 4 неделя

Тема: От кареты до ракеты (транспорт).

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять детей в ползании по коврику с преодолением препятствий (большой стул, маленький стул). Приучать выбирать способ подлезания в зависимости от высоты.		В п/и «Самолёты» упражнять в быстром построении в круг или колонну. Метаниями шишек в мишень с расстояния 2м.	Игра малой подвижности «Светофор». Зелёный сигнал – дети ходят по группе, жёлтый – хлопают в ладоши, красный – замирают.	
Вторник	Упражнять детей в использовании способов подлезания с учётом высоты препятствия.	Конспект №45	В п/и «Цветные автомобили» развивать умение начинать бег из разных и.п., быстро реагировать на сигнал. Развивать чувство равновесия в ходьбе по бордюру.	Упражнение на координацию речи с движениями «Ехали-ехали». Упражнять в метании в горизонтальную цель «Нагрузи машину»	

Среда	Пальчиковая гимнастика «Ехали-ехали». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Действия с предметами по желанию детей.	
Четверг	Приучать детей выполнять подлезания в быстром темпе, расстояние 2м до дуги, 2м после дуги (добеги до ракеты на счёт 5).	Конспект №46	В п/и «Самолёты» упражнять в быстром построении в круг или колонну. Метание шишек в мишень с расстояния 2,5м.	Игра «Кольцебросы». Предложить детям набрасывать на стержни, находящиеся на расстоянии 2м, 2,5м, 1,5м, но с разным начислением очков. Приучать регулировать силу броска в зависимости от расстояния до цели.	
Пятница			В п/и «Космонавты» развивать быстроту реакции. «Доброшь до стены», метание вдаль мешочков, расстояние 6-7м.		

Март: 5 неделя

Тема: Моя любимая игрушка.

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять детей в умении прокатывать мяч, задавая точное направление. «Прокати мяч» - дети сидят на коленях и прокатывают мяч названному ребёнку.		П/и «Чья команда быстрее поменяет игрушку» развивать скорость бега и ловкость. Лазание по гимнастической стенке. Упражнять в правильном захвате перекладин и правильной постановке стопы.	Упражнение «Какой игрушки не хватает?»	Пригласить родителей на просмотр физкультурного занятия с целью выделения принципов наращивания

Вторник	В упражнениях с малым мячом развивать ловкость, координацию, точность выполнения заданий.	Конспект №47	В п/и «Мяч по кругу» упражнять детей в точном перебрасывании и ловле мяча. «Допрыгни до погремушки» - упражнять в прыжке в высоту с места.	В упражнении «До какой игрушки добросишь набивной мяч» закрепить умение использовать бросок из-за головы двумя руками. Согласовывать движения рук и ног для увеличения дальности броска. Развивать силу мышц рук.	нагрузки.
Среда	Пальчиковая гимнастика «Любимые игрушки». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игра «Кто скорее возьмёт игрушку» - развивать быстроту реакции.	
Четверг	Упражнения с малым мячом: подбрасывание и ловля одной рукой, перебрасывание из руки в руку.	Конспект №48	В п/и «Мяч по кругу» упражнять в умении развивать внимание на два движущихся объекта: отправить в путь мяч, тут же следить за движением встречного мяча.	Действия детей с набивными мячами по желанию.	
Пятница	В упражнениях с большим мячом развивать ловкость, координацию, точность выполнения заданий.		П/и «Чья команда быстрее поменяет игрушку» развивать скорость бега и ловкость.	Действия с предметами по желанию.	

Апрель: 1 неделя

Тема: Если хочешь быть здоров!

Совместная деятельность с детьм средней старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Развивать у детей импровизацию, выразительность движений в стихотворении «Нам лениться не годится, помните ребята: Даже звери, даже птицы делают зарядку.		В п/и «Пятнашки» упражнять в беге с увёртыванием разными способами: присесть, отклонить туловище в сторону, бежать «змейкой».	В задании «Достань до ленты» упражнять детей в умении правильно выбирать место для прыжка в высоту с места, выполнять энергичный толчок из полуприседа, используя взмах руками.	Пригласить родителей на физ-ный досуг. Обратить внимание на поведение детей в экстремальных условиях.
Вторник	Раз-присядка, два –прыжок, и опять присядка. А потом опять прыжок- «заячья зарядка». Птичка скачет, словно пляшет,	Конспект №49	В п/и «Перелёт птиц» упражнять в быстром лазании. Закрепить умение выполнять перелезание через бревно с хода.	Действия с предметами по желанию детей.	
Среда	Птичка крылышками машет И взлетает без оглядки – это птичкина зарядка. А щенята как проснутся, Очень любят потянуться, Обязательно зевнут, ловко хвостиком махнут»		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игра – соревнование «Мяч через сетку». Упражнять в энергичном броске мяча вперёд-вверх.	
Четверг	Пальчиковая гимнастика «Братец принеси дрова». Гимнастика для глаз.	Конспект №50	В п/и «Пятнашки» упражнять в беге с увёртыванием разными способами Сбивание кубиков маленьким мячом (расстояние 3м). развивать глазомер и правильное метание.	Упражнять в прыжках в длину с места «Из обруча в обруч»	

Пятница	Беседа с детьми о положении различных частей тела для сохранения правильной осанки. Развивать умение принимать и.п. в соответствии с изображением на рисунке.		В п/и «Кто быстрее принесёт мешочек» упражнять детей в быстром беге, развивать способность быстро набирать скорость. Подъём и спуск с горки.	Физкультурный досуг.	
---------	---	--	--	----------------------	--

Апрель: 2 неделя

Тема: Приведём в порядок планету (космос)

Совместная деятельность с детьми средней старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Игра на ориентировку в пространстве «Найди клад» по ранее составленному плану.		В п/и «Космонавты» развивать быстроту реакции. «Чья команда самая меткая» - метание в обруч. Упражнять в правильном и.п.	Игры детей с большим мячом в парах и индивидуально: чей мяч прокатится по дорожке, кто дальше прокатит мяч.	
Вторник	Упражнение на внимание и составление ряда по условиям. Детям предлагаются карточки с цв. изображением планет. Выслушав задание воспитателя разложить планеты по порядку Земля, Луна, Венера, Марс.	Конспект №51	П/и «Земляне и инопланетяне», как игра «Солнышко и дождик». Приучать детей выполнять правила игры.	Игра «Поменяй предмет» - комету на звезду. Упражнять в ловкости.	
Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Прыжки через песчаный вал (кратеры), высотой 10см. упражнять в энергичном отталкивании, используя толчок вверх – вперёд.	

Четверг	Упражнение на внимание и составление ряда по условиям.	Конспект №52	П/и «Земляне и инопланетяне», упражнять в быстром беге. Игры детей с мячами. Оценить разнообразие действий	Упражнять детей в умении лазать по гимнастической стенке. Закрепить правильный захват реек.	
Пятница	Игра на ориентировку в пространстве «Найди клад» с преодолением препятствий: ходьба с закрытыми глазами по шнуру, перепрыгивание, сбивание.		В п/и «Космонавты» развивать быстроту реакции. Упражнять детей в сбивании кубиков мешочком прямой рукой .	Самостоятельные действия детей с предметами.	

Апрель: 3 неделя

Тема: Город мастеров.

Совместная деятельность с детьми средней старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Профилактика плоскостопия и нарушения осанки. Ходьба с закрытыми глазами по шнуру, с мешочком на голове.		Русская народная игра «Гуси-лебеди» - развивать быстроту реакции. Предложить детям отбивать большой мяч о стенку и ловить его после отскока.	Познакомить детей с правилами игры «Классики». Договориться с детьми о порядке выполнения прыжков в соответствии с цифровым обозначением.	Беседа о развитии у детей физических качеств, как быстрота и ловкость.
Вторник	Ходьба с закрытыми глазами (на пути ребёнка поставить препятствие в виде набивного мяча). Упражнять детей в преодолении запланированного игрового препятствия.	Конспект №53	В п/и «Горелки» закрепить правила игры. «Школа мяча», отбивание мяча о стену и ловля его после отскока.		

Среда	Пальчиковая гимнастика «Подарки с ярмарки». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг	Организовать игру «Освободи царевну» (сбивание кеглей в определённой последовательности): сначала сбить крайние кегли-открыть ворота; ближние – убрать стражу, а затем освободить царевну. Развивать преднамеренность действий в выполнении бросков.	Конспект №54	Прогулка за пределы участка д/с.	«Классики» по схеме:	
Пятница			Подвижные игры по желания детей	«Классики» по схеме:	

Апрель: 4 неделя

Тема: Широка страна моя родная.

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	Упражнение «Канатоходцы» пройти по канату и не сойти с него. Как вы думаете, легче идти, когда ступню ставишь прямо или когда носки разведены в стороны? Когда ноги согнуты или выпрямлены? Дети выполняют ходьбу по канату и по тонкому шнуру, сравнивая трудности выполнения.		В русской народной игре «Гуси - лебеди» развивать быстроту реакции. В игре «Классы» уточнить с детьми правила, предложить назвать последовательность действий.	Упражнять в выполнении гимнастических упражнений на гибкость.	Провести беседу о стимулировании двигательной активности малоподвижных детей. Раскрыть мотивы, побуждающие к самостоятельной двигательной деятельности
Вторник		Конспект №55	В п/и «Карусели» закрепить умение ходить и бегать по кругу. Метание мешочков вдаль. Закрепить умение выполнять энергичный замах.	Упражнять в метании в горизонтальную цель одной рукой снизу в задании «Сбей кеглю» с расстояния 2,5м. В каком случае можно использовать прокатывание, а когда бросание. Что нужно сделать чтобы добросить мяч, мешочек?	
Среда	Упражнять в умении выполнять ползание, осторожно поворачивая при огибании предметов. «Проползи, огибая кегли, и не урони».		Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг	Закрепить умение действовать с малыми мячами. Оценить разнообразие действий и правильность их выполнения.		В русской народной игре «У медведя во бору» развивать быстроту реакции. Прыжки в длину с места. Упражнять в мягком приземлении на две ноги.	Самостоятельные действия детей с предметами. Игры «Бильбоке» развивать мускулатуру кистей рук	
Пятница	Развивать функцию равновесия. Предложить пройти по двум шнурам (каждая нога идёт по своей дорожке) наступая на узелки.	Конспект №56	Подвижные игры по желанию детей	Действия детей с предметами под музыку.	

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник					
Вторник		Конспект №37			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг					

Пятница		Конспект №38			
---------	--	-----------------	--	--	--

Февраль: 4 неделя

Тема: Миром правит красота (одежда, обувь, головные уборы).

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник					

Вторник		Конспект №37			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг					
Пятница		Конспект №38			

Февраль: 4 неделя

Тема: Миром правит красота (одежда, обувь, головные уборы).

Совместная деятельность с детьми средней группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник					
Вторник		Конспект №37			
Среда			Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Четверг					

Пятница		Конспект №38			
---------	--	-----------------	--	--	--

Октябрь: 1неделя

Тема: Осень, осень в гости просим.

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Игра в тройках «Прокати мяч между ногами» .Расстояние между стопами можно менять; один ребёнок, расставив ноги, образует ворота, а двое других прокатывают мяч друг другу, затем меняются местами.		В п/и «Наседка и цыплята» приучать детей выполнять подлезание на ступнях без рук в быстром темпе. Упражнять детей в умении выполнять прыжки на 2-х ногах в игре «Ударь в бубен»	Ходьба « Перешагни через грядку» П/и на ориентировку в пространстве с сохранением равновесия «Корабли»	Обсудить с родителями уровень физического развития ребёнка, его подвижность. Познакомить с результатами диагностики. Объяснить родителям о влиянии основных движений (ходьбы, бега , прыжков) на состояние здоровья детей.
В т о р н и к	Пальчиковая гимнастика «Пальчики здороваются»	Конспект № 1	В п/и «Зайцы в огороде» Закрепить умение запрыгивать в круг на 2-х ногах легко, опускаясь на полусогнутые ноги. Упражнять детей в умении сохранять равновесие при ходьбе по бордюру боком.	Упражнять детей в ползании в прямом направлении «Прокати большой мяч головой по дорожке».	
С р е д а	Гимнастика для глаз «Индеец»		В п/и «Ловишки» Упражнять в беге с увёртыванием. Упражнять детей в метании одной рукой с низу «Попади шишкой в корзину».	Прокати мяч(капусту) между шнурами. Развивать умение придавать движению мяча точное направление	

Ч е т в е р г	Беседа с детьми о положении различных частей тела для сохранения правильной осанки. Развивать умение принимать и.п. в соответствии с изображением на рисунке.	Конспект №2	В п/и «Зайцы и волк» закрепить умение прыгать на 2-х ногах на месте и продвижением вперёд, легко пружиня ногами в коленях. Упражнять детей в лазании по рукоходу. Закрепить правила выполнения движения.	Развивать умение действовать с мячами разного размера. Оценивать правильное принятие и.п.	
П я т н и ц а	Игра «Так- не так»- ведущий ребёнок называет движения, дети должны точно выполнить задание.		Физкультурное занятие на свежем воздухе. П/и по выбору детей	В п/и «Удочка» упражнять детей при подпрыгивании в мягком приземлении и энергичном отталкивании двумя ногами	

Октябрь: 2 неделя

Тема: Леса – всей Земли краса (деревья).

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Беседа с детьми о значимости правильной позы при сидении для остроты зрения. Познакомить с тестом определения правильного положения головы над плоскостью стола.		В п/и «Кто скорее к флажку» формировать привычку готовиться к выполнению бега. Ходьба целесообразными способами при подъёме и спуске по наклонной поверхности.	Игры детей в кольцебросы: набрасывание колец, вращение пальцами, прокатывание.	Предложить родителям спросить детей о правильной позе при сидении за столом, привлекать детей к оценке своей позы во время

В т о р н и к	Пальчиковая гимнастика. Привлечь внимание детей, правильно ли сидят куклы, что надо изменить.	Конспект №3	В п/и «Найди своё дерево» упражнять в ориентировке в пространстве. Подлезание под низко растущую ветку.	Игры детей с большим мячом: отбивание об пол и ловля, захватывая мяч с боков; подбрасывание до головы и ловля.	рисования, рассматривания картинок.
С р е д а	Гимнастика для глаз. Предложить детям поиграть в игру «Отбери, кто сделает красиво». Дети, изображают трепетание листьев, кружение листьев, гнувшиеся от ветра деревья, стройные деревья.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игры детей с малыми деревянными, резиновыми, теннисными мячами: подбрасывание и ловля одной рукой, перебрасывание из руки в руку.	
Ч е т в е р г	Используя карточки и практическое выполнение детьми, показать зависимость трудности выполнения от и.п. в ОРУ: наклоны вперёд и в стороны, поднятие рук вверх, повороты.	Конспект №4	В п/и «Найди себе пару» упражнять в умении быстро менять темп бега, в зависимости от сигнала: тихий ветер, сильный ветер, ураган.	Для развития функции равновесия предложить детям пройти по бревну разными способами.	
П я т н и ц а	Оформление альбома по осанке. Предложить детям оценить красоту позы: здесь нарисованы человечки, тебе все нравятся? А кто тебе больше нравится, почему? Посмотри, как красиво он сидит, он любит свои глаза, бережёт их.		В п/и «Кто быстрее к флажку» предложить детям самостоятельно выбрать пару для бега. Увеличить пробегаемое расстояние до 20м.	Самостоятельные действия детей с малыми мячами. В игре «Волшебные ёлочки» закрепить правильную осанку при ходьбе.	

Октябрь: 3неделя

Тема: Овощи и фрукты – здоровые продукты.

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Игра «Школа мяча», Роль учителя выполняет воспитатель, а затем ребёнок. Закрепить приёмы ловли большого мяча и умения бросать в определённом направлении, регулируя силу броска.		В п/и «Самолёты» развивать ориентировку в пространстве. Обогащать содержание с/р игр включением двигательных действий в соответствии с ролью	Упражнять в умении прокатывать обруч в определённом направлении. Выполнять упражнение в парах. «Кто больше соберёт урожай фруктов и овощей».	Предложить родителям обратить внимание на позу ребёнка при стоянии, сидении и ходьбе, особо отметить привычное положение головы. Предложить родителям сшить для ребёнка мешочек 10х10см, весом 400гр.
В т о р н и к	Пальчиковая гимнастика «Капуста»	Конспект №5	В п/и «Мяч по кругу» Упражнять в точности перебрасывания мяча (арбуза) друг другу. Упражнения на рукоходе: висы, уголки, перемещение с помощью рук.	Упражнять в умении принимать правильное и.п. при действии с малыми мячами в задании «Сбей кегли» 2,5м	
С р е д а	Гимнастика для глаз «Индеец». Предложить детям выполнить задание «Принеси фрукт » с закрытыми глазами. Обратить внимание на значимость зрения для человека.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игры детей с большим мячом в парах и индивидуально: чей мяч прокатится по дорожке, кто дальше прокатит мяч из и.п. стоя на коленях.	

Ч е т в е р г	Предложить детям придумать возможные и.п. при выполнении наклонов вперёд, приседания, упражнения «сесть - встать».	Конспект №6	Ходьба и бег по асфальтовой дорожке, траве, листьям. Вхождение и спуск с горки. Привлечь внимание детей к положению головы и туловища при подъёме и спуске.	Игры детей с обручем: прокатывание, вращение, Кручение на поясе.	
П я т н и ц а	Организовать сбивание кегли, находящейся между ножками большого стула, в парах из положения: стоя, сидя, стоя на коленях.		В п/и «Выше ноги от земли» упражнять в быстром лазании на гимнастическую стенку, бревно и т.д. Игра «Съедобное – не съдобное». Развивать быстроту реакций.	Игра «Кольцебросы». Закрепить умение принимать правильное и.п., развивать глазомер. Предложить самим детям отмерить с помощью палки 2м и отметить линию, от которой выполняется бросок.	

Октябрь: 4 неделя

Тема: Беличья кладовая (ягоды, грибы).

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Повести с детьми игру «Покажи что нарисовано». Предложить выполнить знакомые движения по рисункам.		В п/и «Мы весёлые ребята» побуждать детей готовиться к бегу и использовать бег на скорость или с увёртыванием, в зависимости от условий.	Провести игру «Мяч водящему», используя прокатывание большого мяча.	Обратить внимание родителей на способы передвижения детей по наклонной поверхности при подъёмах и спусках: положение

В т о р н и к	Пальчиковая гимнастика «Белка-продовец». Провести беседу о позе человека и его состоянии: можно ли узнать, глядя на человека, он устал или нет, сильный или слабый.	Конспект №7	Игра «Загони шишку в лунку», используя подпрыгивание на одной ноге. Упражнять в мягком выполнении прыжков.	Игры детей с кольцебросами. Предложить самостоятельно подготовить условия для игры, отметить два расстояния для броска (2 и 2,5м)	туловища и головы (особенно при спусках).
С р е д а	Провести с детьми игру «Покажи что нарисовано» подобрать рисунки, на которых изображены одни и те же упражнения, но разные и.п. Затем привлечь к показу детей. Расширять объём внимания.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Провести игру «Школа мяча» Закрепить умение отбивать мяч разными способами.	
Ч е т в е р г	Гимнастика для глаз.	Конспект №8	В п/и «У медведя во бору» упражнять в быстром начале бега. Упражнять детей в лазании по рукоходу, развивать цепкость.	Выполнять сбивание кеглей большим или маленьким мячом. Оценить умение принимать правильное и.п. в зависимости от размера мяча.	
П я т н и ц а	Предложить детям пройти с закрытыми глазами между шнурами. Отметить отклонение от пути вправо или влево (повторить 3-4 раза)		Прогулка в парк. Организовать сбор шишек, желудей, листьев, веток	Физкультурный досуг «Осень»	

Ноябрь: 1 неделя

Тема: Вот уж последняя стая крыльями машет вдали (дикие птицы).

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Упражнять в умении выполнять ОРУ по картинке. Предложить детям дать название выполненному упражнению.		В п/и «Охотник и утки» упражнять детей в попадании в движущуюся цель и развивать увёртливость в беге. Упражнять детей в перепрыгивании через песочные валики, отталкиваясь вверх-вперёд.	Упражнять в выполнении задания с мешочком на голове «Гуси» по шнуру, между шнурами.	Консультация: «Значимость уровня развития моторики руки для овладения письмом». Оценка мелкой моторики рук.
В т о р н и к	Пальчиковая гимнастика. Предложить детям в играх с картинками найти одно и тоже упражнение выполняемое из разных и.п. Побуждать детей называть это упражнение.	Конспект №9	В п/и «Охотник и утки» упражнять детей в попадании в движущуюся цель. Упражнять в равновесии при ходьбе по бордюру, отметить чертой дальний результат, на который будут ориентироваться дети.	Упражнение «Сбей большой мяч мешочком» с 4.5м. Закрепить умение принимать правильное и.п., побуждать детей к использованию замаха.	
С р е д а	Гимнастика для глаз «Орёл». Предложить детям найти картинки, которые используются на утренней гимнастике.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Упражнение «Сбей большой мяч мешочком» с 4м, 4.5м, 5м по усмотрению детей.	

Ч е т в е р г	В игре «Сбей мяч» - закрепить умение принимать правильное и.п. при броске мешочков. Приучать регулировать силу броска при попадании в теннисный, полиэтиленовый, деревянный мяч.	Конспект №10	В п/и «Гуси лебеди» - закрепить правила игры. Упражнять детей в метании в цель, расстояние 2.5м.	Упражнять в выполнении задания с мешочком на голове «Гуси» по шнуру, между шнурами с закрытыми глазами.	
П я т н и ц а	Расстояние дети отмеряют самостоятельно.		Подвижные игры по желанию детей.	Игры детей с мячом, кольцами.	

Ноябрь: 2 неделя

Тема: Кто в птичнике живёт? (домашние птицы)

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Упражнять в умении придавать определённое направление при прокатывании большого мяча.		П/и «Птичница». Дети делятся на 3-4 команды, каждая команда птицы (утки, гуси, курицы, петухи). Дети разбегаются, по команде воспитателя останавливаются. Птичница с закрытыми глазами ищет детей, находит – ребёнок должен подать голос, в зависимости какая он птица.	Упражнять детей в прокатывании мяча на ограниченной поверхности, задавая точное направление: прокатывание в корзину по доске, расположенной горизонтально и наклонно.	Организовать игры с шишками и желудями для развития мелкой моторики рук.

В т о р н и к	Загони шишку в ворота прыжком на одной ноге. Прыгать мягко легко. Пальчиковая гимнастика.	Конспект №11	В п/и «Парные перебежки» упражнять в умении пользоваться ускорением. Упражнять в метании шишек в горизонтальную цель. Развивать глазомер.	Провести командную игру «Чья команда самая меткая» - метание шишек в корзину.	
С р е д а	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игры детей с шишками и желудями. Подбрось одну шишку и возьми этой же рукой с пола другую, успев поймать первую.	
Ч е т в е р г	Упражнять детей в подлезании под шнур на стопах без помощи рук – гуси вышли погулять.	Конспект №12	В п/и «Птичница» закрепить правила игры. Упражнять детей в умении выбирать способ ходьбы, в зависимости от естественных условий и грунта. Ходьба и бег по асфальту, траве, листьям, через ветки, лежащие на земле.	Игры детей с большим мячом: отбивание, подбрасывание, перебрасывание в парах.	
П я т н и ц а	Упражнять детей в отбивании большого мяча на месте.		Игры по желанию детей.	Игры детей с малым мячом: отбивание и ловля одной рукой, подбрасывание, перебрасывание из руки в руку.	

Ноябрь: 3 неделя

Тема: Животные домашнего подворья (домашние животные).

Совместная деятельность с детьми старшей группы	Взаимодействие
---	----------------

	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	с семьёй
П о н е д е л ь н и к	Упражнять детей в отбивании мяча на месте, согласие движения рук и ног.		В п/и «Мышеловка» развивать быстроту реакций. Ходьба разными способами: по скользкой поверхности, по траве или снегу, по бордюру – боковым приставным шагом.	Игра «Отгадай, кто прыгает?»- кролик, кошка, козочка. Развивать у детей воображение. Упражнять в умении прыгать легко из положения стоя, в полуприседе; без помощи рук и с помощью рук.	Консультация «Как уберечь ребёнка от плоскостопия»
В т о р н и к	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №13	В п/и «Мы весёлые ребята» упражнять в выборе способа бега в зависимости от место нахождения водящего. Оценить умение детей готовиться к выполнению бега.	Предложить детям придумать сюжет для построения кеглей и организовать игру с ними.	
С р е д а	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Предложить детям показать возможные действия с большим мячом. Отметить разнообразие, новизну, правильность, красоту выполнения.	
Ч е т в е р г	Развивать равновесие в ходьбе по набивным мячам.	Конспект №14	В п/и «Козочки» закрепить правила игры. Упражнять детей в ходьбе по горке вверх и вниз.	Самостоятельные игры детей с мячом, обручем, кольцами. Подсказать действия, если будет наблюдаться однообразие.	

П я т н и ц а	Упражнять в ползании с прокатыванием набивного мяча головой «бычок бодается».		Подвижные игры по желанию детей.	Физкультурный досуг.	
---------------------------------	---	--	----------------------------------	----------------------	--

Ноябрь: 4 неделя

Тема: Жизнь замечательных зверей (дикие животные).

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Организовать игру «Освободи царевну» (сбивание кеглей в определённой последовательности): сначала сбить крайние кегли-открыть ворота; ближние – убрать стражу, а затем освободить царевну. Развивать преднамеренность действий в выполнении бросков.		В п/и «Зайцы и волк» упражнять детей в мягком выполнении прыжков на двух ногах в обычной обуви. Развивать равновесие в ходьбе по бордюру.	Игра «Отгадай кто прыгает?». Выбирается водящий. Дети по сговору изображают зайцев, лягушек, кенгуру, белок, а водящий отгадывает, отмечая, кто прыгал точнее и помог ему догадаться. Закрепить умение отталкиваться одновременно двумя ногами.	Беседа о значимости пропорциональности в развитии различных мышечных групп для правильности развития осанки.
В т о р н и к	Пальчиковая гимнастика по выбору детей.	Конспект №15	В п/и «Хитрая лиса» закрепить правила игры. Ходьба по скользкой поверхности. Предложить пройти мелким шагом. Отметить, что таким способом лучше всего удержаться на льду.		

С р е д а	Гимнастика для глаз «Слоник». Игра «Освободи царевну».		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Упражнения для развития мелкой моторики рук: с массажными мячами, бельбоки.	
Ч е т в е р г	Игра «Сбей мяч, лежащий на стуле» маленьким мячом с 2,5м. упражнять в умении принимать правильное и.п. при прицеливании.	Конспект №16	В п/и «Хитрая лиса» закрепить бег с увёртыванием. Упражнять детей в метании шишек в даль.	Упражнения для предупреждения плоскостопия : ходьба по канату, сбор карандашей, и т.д. Игра «Море волнуется» - изображать лесных животных.	
П я т н и ц а	Игра «Сбей мяч, лежащий на стуле» маленьким мячом с 2,5м и 3м. приучать регулировать силу броска в зависимости от расстояния, самостоятельно создавать условия для выполнения задания.		Подвижные игры по желанию детей.	Действия детей с различными пособиями.	

Декабрь: 1 неделя

Тема: Идёт волшебница зима.

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

П о н е д е л ь н и к	Игра «Вьюга» упражнять в выразительности танцевальных движений под музыку.		В п/и «Два мороза» упражнять в выборе способа действий в зависимости от местонахождения морозов: сзади, впереди, по середине сбоку. Упражнять в скольжении по ледяным дорожкам.	Упражнять в подбрасывании и ловле малого мяча (снежок): одной рукой, из руки в руку.	Консультация для родителей по использованию точечного массажа в домашних условиях.
В т о р н и к	Игра «Затейники». Предложить детям придумать фигуры для подражания. Отметить наиболее интересные позы.	Конспект №17	В п/и «Охотник и звери» упражнять детей в попадании в движущуюся цель и развивать увёртливость в беге. Катание детей на санках.	Развивать равновесие в ходьбе по шнуру с закрытыми глазами.	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика «Снеговик». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игры детей с обручами: прокатывание друг другу, прыжки через обруч, кручение на талии.	
Ч е т в е р г	Упражнять детей в отбивании мяча. Закрепить умение согласовывать движение рук и ног.	Конспект №18	Подвижные игры по желанию детей.	Игра -соревнование «Сбей кегли» - развивать глазомер, кто больше собьёт.	

П я т н и ц а	Упражнять в перебрасывании мяча в парах. Регулировать силу броска и менять и.п.		«Путешествие за кладом» (план готовится заранее)- ориентировка в пространстве. Ходьба 10мин; Ходьба между деревьями; Бег к обозначенному месту; Ходьба с преодолением препятствий; Подъём и спуск по наклонной поверхности.	Физические упражнения по желанию детей.	
---------------------------------	---	--	--	---	--

Декабрь: 2 неделя

Тема: Зимние забавы.

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Игры детей с теннисным мячом «Кто дольше не уронит» - подбрасывая и ловя его одной рукой.		В п/и «Мы весёлые ребята» предложить выполнять разнообразные прыжки на месте, упражнять в быстром переходе от прыжков к бегу. Скольжение по ледяным дорожкам.	Упражнения для предупреждения плоскостопия : ходьба по канату, сбор карандашей, и т.д.	

В т о р н и к	Упражнять в умении принимать правильное и.п. и прицельно выполнять бросок мешочка при сбивании фигур городков: забор, ворота.	Конспект №19	В п/и «Парные перебежки» упражнять в умении быстро набирать скорость. Предложить выбрать себе пару.	Игра «Снежный ком» - закрепить правила игры.	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика «С веток мороз снимаю». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Сбивание мешочком городков: познакомить с фигурами – пушка и рак.	
Ч е т в е р г	Упражнения с мешочком: пронеси на голове, присядь с мешочком на голове, кто дольше удержит мешочек на согнутом колене и др.	Конспект №20	. В п/и «Два мороза» упражнять в выборе способа действий в зависимости от местонахождения морозов: сзади, впереди, по середине сбоку.	Действия с пособиями по усмотрению детей.	
П я т н и ц а	Упражнять в умении передавать различные направления в движениях руками и ногами с закрытыми глазами, судьи контролируют правильность выполнения, а затем меняются местами.		Игры по желанию детей.	Игры детей с шишками и желудями. Подбрось одну шишку и возьми этой же рукой с пола другую, успев поймать первую.	

Декабрь: 3 неделя

Тема: В гостях у сказки.

Совместная деятельность с детьми старшей группы	Взаимодействие
---	----------------

	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	с семьёй
П о н е д е л ь н и к	Игра «Нагрузи машину»: один ребёнок тянет за шнур грузовую машину. Дети располагаются в 2-х метрах от дорожки, стоя на коленях с мешочками. Темп движения машины можно менять в зависимости от умения детей.		Русская народная игра «Заря» - развивать быстроту реакции.	Игра –инсценировка «Заюшкина избушка»- закрепить умение изображать движения животных.	Привлечь родителей для сооружения снежных построек на участке.
В т о р н и к	Игра «Нагрузи машину»: использовать две машины, которые двигаются навстречу друг другу. Логоритмическое упражнение «Золотой петушок».	Конспект №21	В п/и «Перемени предмет» упражнять детей в выполнении быстрого поворота и развивать способность быстро набирать скорость.	Организовать игру «Освободи царевну» (сбивание кеглей в определённой последовательности): сначала сбить крайние кегли- открыть ворота; ближние – убрать стражу, а затем освободить царевну. Развивать преднамеренность действий в выполнении бросков.	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе. Обучение ходьбе на лыжах.	Упражнять в прыжках боком через канат (валик). Для детей выполняющих прыжки правильно дать задание: кто сделает меньше прыжков.	

Ч е т в е р г	Прокатывание колец от кольцебросов, вращение, набрасывание их на стержень.	Конспект №22	. В п/и «Бездомный заяц» развивать у детей ловкость и быстроту реакций. Ходьба на лыжах.	Упражнение «Какой предмет полетит дальше» - набивной мяч, большой резиновый мяч, шарик. Почему?	
П я т н и ц а	Действия с пособиями по желанию детей.		Игры по желанию детей. Приучать детей самостоятельно создавать условия для игры.	Игры детей с теннисным мячом: отбивать, подбрасывать, перебрасывать из руки в руку. Регулировать высоту подбрасывания, прикладывая разные усилия.	

Декабрь: 4 неделя

Тема: Здравствуй праздник, Новый год!

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	«Кто быстрее дойдёт до середины» - скатывание шнура 3м, на концах которых привязаны палочки, середина обозначена узлом.		В п/и «Два мороза» упражнять в выборе способа действий в зависимости от местонахождения морозов: сзади, впереди, по середине сбоку. Упражнять в скольжении по ледяным дорожкам.	Сбивание больших или маленьких полиэтиленовых кубиков маленькими мячами расстояние 2-3м.	

В т о р н и к	Повторить с детьми новогодние хороводы. Упражнять в сочетании слов с движениями.	Конспект №23			
С р е д а	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	п/и «Прыгаем по кругу». По сигналу ведущего изменять направление прыжков, способ выполнения.	
Ч е т в е р г	Упражнения с мешочком: пронеси на голове, присядь с мешочком на голове, кто дольше удержит мешочек на согнутом колене и др.	Конспект №24	Катание детей на санках, ледянках, лыжах.	Развивать равновесие в ходьбе по шнуру с закрытыми глазами.	
П я т н и ц а	Игры по желанию детей.		Игры по желанию детей.	Игры по желанию детей.	

Январь: 3 неделя

Тема: Дом в котором я живу (мебель).

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Игра «Чья команда быстрее построй дом». Команда состоит из 3-4 детей. Нужно перенести 8-10 деталей строительного материала в обозначенное место и построить из него дом. Распределяют обязанности сами дети.		В п/и «Бездомный заяц» развивать у детей ловкость и быстроту реакций. Катание на санках	Предложить детям показать любимые упражнения с малым мячом, которые можно показать в групповой комнате, один показывает – другие выполняют.	Предложить родителям понаблюдать за ребёнком, как он бежит и прыгает. Обратить внимание как он их выполняет.
В т о р н и к	Игра «Отгадай кто прыгает?»: лягушка, кенгуру, кролик, воробей и др. при отгадке прыжки выполняют все.	Конспект №25	В п/и «Встречные перебежки» упражнять детей в умении увертываться при быстром беге. «Загони льдинку в лунку» прыжками на одной ноге, клюшкой.	Организовать игру «Освободи царевну»	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика «Строим дом». Гимнастика для глаз.		Физкультурный досуг на свежем воздухе: «Зимние забавы»	Предложить детям показать любимые упражнения с обручами, кольцами, которые можно показать в групповой комнате, один показывает – другие выполняют.	

Ч е т в е р г	Игра «Чья команда быстрее построит дом». Оценивается не только быстрота, но и красота постройки.	Конспект №26	В п/и «Бездомный заяц» развивать у детей ловкость и быстроту реакций. Ходьба на лыжах.	Предложить детям показать варианты отбивания большого мяча об пол, один показывает – другие выполняют.	
П я т н и ц а	Игра «Кто дальше сдвинет кубик». Кубик ставится на 2,5 м. по сговору определяется количество бросков мешочком.		В п/и «Встречные перебежки» развивать ориентировку в пространстве при быстром беге.	Действия детей с пособиями по их усмотрению.	

Январь: 4 неделя

Тема: Федорино горе (посуда).

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

П о н е д е л ь н и к	Выполнение задания по рисунку: отжимание, приседание и др. качество выполнения контролирует ребёнок.		В п/и «Перебежки» закрепить умение самостоятельно выбирать способ бега в зависимости от ситуации. Закрепить правила скатывания с горки на санках	Игра «Сбей кеглю». На кегле приклеены картинки с посудой, надо сбить определённую кеглю, расстояние 2,5м. Чем сбивать – на выбор детей: мешочком, шариком, м.мячом.	Интервью у родителей: «Определение способов организации двигательного режима в домашних условиях».
В т о р н и к	Поручить проведение утренней гимнастики детям.	Конспект №27	В п/и «Перебежки» увеличить расстояние до 25-30м. приучать сохранять скорость бега. Игра «След в след».	Упражнения с ракеткой и теннисным мячом: отбивать мяч ракеткой подбрасывая его вверх-удержать как можно дольше.	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика «Лакомка». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	П/и «Чья команда быстрее поменяет предмет». Предметы – посуда. Развивать быстроту реакции и командный дух.	
Ч е т в е р г	Игра «Совушка» ведущий ребёнок. Предложить метание м. мячей в корзину расстояние 2,5м «Попади картошкой в кастрюлю»	Конспект №28	Игры по желанию детей. Поручать детям самим готовить условия для игры, выполнять роль ведущего.	Предложить детям показать любимые упражнения со шнуром: ходьба разными способами, один показывает – другие выполняют.	

П я т н и ц а	Организовать упражнения для профилактики плоскостопия, наблюдатель ребёнок.		В п/и «Кто быстрее переберётся на противоположную сторону» упражнять детей в пружинистом, мягком выполнении приземления, подвигаясь вперёд на двух ногах.	Игра «Сбей кеглю».	
---------------------------------	---	--	---	--------------------	--

Январь: 5 неделя

Тема: Цветик - семицветик (комнатные растения).

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Игра «Сбей колпак», на колпаке изображение комнатных растений, а под ним находится фант, который забирает тот, кто собьёт (расстояние 4м).		В п/и «Чья команда быстрее» упражнять в быстром беге. Развивать умение делать быстро поворот. Ходьба на лыжах.	Упражнение «Прокати малый мяч между ножками большого стула», с расстояния 3м и догнать его до черты, расположенной в 2м от стула.	Консультация для родителей:

В т о р н и к	Развивать у детей умение использовать условные мерки для измерения расстояния при размещении пособий. Игра «Кто самый меткий»(сбивание городков мячом) 3м.	Конспект №29	В п/и «Чья команда быстрее» упражнять в быстром беге. Упражнение «Нарисуй следами высокую ёлку». Закрепить ходьбу, используя постановку ступней ног: пятки сближены, носки разведены.	Упражнять детей в быстром пролезании в обруч боком в игре «Догони мяч». Мяч прокатывает партнёр.	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Ритмическое выполнение упражнений под музыку. Логометрическое упражнение «На лужайке по утру»	
Ч е т в е р г	Игра «Кто самый меткий»(сбивание городков мячом) 3м. предоставить детям полную самостоятельность и в разрешении конфликтов.	Конспект №30	В п/и «Два мороза» закрепить правила игры. Скольжение по ледяным дорожкам, сохраняя равновесие.	Игра «Угадай растение». Воспитатель изображает – дети угадывают.	
П я т н и ц а	Игра «Сбей колпак», на колпаке изображение комнатных растений.		Игры по желанию детей.	Действия детей с пособиями по их усмотрению.	

Февраль: 1 неделя

Тема: Я – человек.

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Упражнять детей в действии с воланом и ракеткой. Для затрудняющихся детей организовать отбивание рукой.		В п/и «Перебежки» упражнять детей в умении выбирать способ бега, в зависимости от действий ловишки. Скольжение по ледяным дорожкам, сохраняя безопасную позу.	Развивать у детей прыгучесть, умение энергично выполнять отталкивание в прыжке. Упражнение «Ударь в бубен». Игры детей с обручами: прокатывание, вращение, пролезание, прыжки.	Оформить альбом видов осанки, привлечь внимание родителей к характерным искривлениям и влиянию осанки на состояние здоровья.
В т о р н и к	Логометрическое упражнение «Руки» стихотворение И.Демьянова.	Конспект №31	В п/и «Не оставайся на полу» упражнять в умении сохранять равновесие на уменьшенной площади опоры. Катание на санках.		
С р е д а	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз «Путешествие Гоши».		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Логометрическое упражнение «Для чего ножки» стихотворение И.Демьянова.	

Ч е т в е р г	В игре «Сбей волан» предложить использовать шишки или теннисные мячи. Расстояние для сбивания определяют дети.	Конспект №32	В п/и «Мы весёлые ребята» приучать быстро переходить от прыжков к бегу из и.п. стоя спиной к направлению движения. Развивать силу броска в метании снежков вдаль.	В упражнении «Ударь в бубен» предложить достать бубен в прыжке руками и головой. Развивать привычку к мягкому, пружинистому приземлению при высоком прыжке.	
П я т н и ц а	Игры детей с воланом и ракеткой «Кто дольше удержит волан», отбивать его рукой или ракеткой.		Игры по желанию детей	Самостоятельные действия с пособиями.	

Февраль: 2 неделя

Тема: Я – человек.

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Упражнять детей в умении прокатывать мяч, задавая точное направление. «Прокати мяч» - дети сидят на коленях и прокатывают мяч названному ребёнку.		В п/и «Мы весёлые ребята» приучать быстро переходить от прыжков к бегу из и.п. стоя боком к направлению движения. Метание в движущуюся цель укреплённую на санках. Определить момент выполнения броска с учетом скорости перемещения санок.	Логометрическое упражнение «Руки» стихотворение И.Демьянова.	Привлечь внимание родителей к разучиванию приёмов падения (группировка). Предупреждение травматизма.

В т о р н и к	Логоритмическое упражнение «Для чего ножки» стихотворение И.Демьянова.	Конспект №33	В п/и «Мы весёлые ребята» предложить детям самим назвать местонахождения ловишки. Развивать умение быстро перестраиваться в соответствии с вариантом и действовать по обстановке. Ходьба на лыжах.	Упражнять детей в умении выполнять выпрыгивание вверх с целью достать до предмета из глубокого приседа. Развивать силу отталкивания от опоры. Игра «Бирюльки» развивать ловкость рук.	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика «Братец, принеси дрова». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Ч е т в е р г	Упражнять детей в подлезании разными способами с учётом высоты препятствия.	Конспект №34	. В п/и «Не оставайся на полу» упражнять в умении сохранять равновесие на уменьшенной площади опоры.	Упражнять детей в умении сохранять равновесие регулировать ширину шага при ходьбе по набивным мячам, кирпичикам.	
П я т н и ц а	Упражнять детей в умении прокатывать мяч, задавая точное направление. Дети стоят по кругу, ноги сомкнуты. Прокатывающий должен попасть в носки ног, ему даётся очко. Затем подсчитываются очки.		Определить разницу в игре «Выше ноги от земли» с игрой «Не оставайся на полу»	Для развития мелкой мускулатуры рук организовать игру «Подбрось - поймай» с желудями.	

Февраль: 3 неделя

Тема: Защитники Отечества.

Совместная деятельность с детьми старшей группы	Взаимодействие
---	----------------

	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	с семьёй
П о н е д е л ь н и к	Упражнение «Попади в танк» - развивать глазомер, точность попадания (расстояние 3 м)		В п/и «У солдат порядок строгий» упражнять детей в умении быстро строится в определённом месте в колонну, шеренгу, круг. Скольжение по ледяным дорожкам, сохраняя равновесие.	Упражнение на согласование речи с движением «Будем в армии служить»	Привлечь родителей к подготовке физкультурного досуга.
В т о р н и к	Логоритмическое упражнение «Парад» Упражнять в движениях согласно тексту стихотворения В. Волина	Конспект №35	Игра - соревнование «Артиллеристы», упражнять в попадании в цель. Чья команда больше собьёт колпачков. Катание с горки с заданием : взять на ходу предмет, находящийся с лева или справа.	Игра «Кольцебросы». Предложить детям набрасывать на стержни, находящиеся на расстоянии 2м, 2,5м, 1,5м, но с разным начислением очков. Приучать регулировать силу	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика «Бойцы - молодцы». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	броска в зависимости от расстояния до цели.	

Ч е т в е р г	Развивать ориентировку в пространстве в игре «Внимательные разведчики» (найди флажок).	Конспект №36	В п/и «У солдат порядок строгий» упражнять детей в умении быстро строится в определённом месте в колонну, шеренгу, круг. Катание с горки на ледянках с заданием: прокатись в ворота.	Упражнение на согласование речи с движением «Будем в армии служить»	
П я т н и ц а	Упражнение «Попади в танк» - развивать глазомер, точность попадания (расстояние 3 м)		Подвижные игры по желанию детей.	Физкультурный досуг «Аты-баты мы солдаты»	

Февраль: 4 неделя

Тема: Миром правит красота (одежда, обувь, головные уборы).

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Развивать у детей равновесие. Предложить детям пройти по шнуру приставным шагом с завязанными глазами. «Пройди, не сбейся с дороги».		В п/и «Дотронься до спины» упражнять детей в беге, продвигаясь боком, спиной вперёд, сохраняя равновесие, учитывая грунт, имеющиеся препятствия. Упавший считается также в проигрыше. Катание на санках с горки с заданиями.	Упражнение «Попади в большой мяч» мешочком, с расстояния 2,5 – 3м, а в маленький мяч с расстояния 1,5-2м. закрепить правильность выполнения метания.	

В т о р н и к	Упражнение «Сбей колпак» с расстояния 3м. На одинаковом расстоянии расположить 5 колпаков, под каждым из которых лежит фантик. Победитель тот, кто больше наберёт фантиков.	Конспект №37	В п/и «Заморожу» упражнять в беге с ускорением, сохраняя равновесие. Упражнять детей в метании в движущуюся цель.	Игра – эстафета «Чья команда быстрее соберёт пирамидку». Упражнять детей в подлезании под дуги разной высоты.	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика «Подарки с ярмарки». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Упражнять детей в перепрыгивании через предметы, отталкиваясь одной ногой, отрабатывать мягкое приземление.	
Ч е т в е р г	Игра «Фанты», ребёнок ведущий закрывает глаза, водящий показывает предмет одежды одного из детей, ведущий говорит что нужно сделать обладателю этой одежды.	Конспект №38	В п/и «Два Мороза» упражнять в беге в различных ситуациях и разными способами сохраняя равновесие. Перепрыгивание через снежные валы «Чья команда выше прыгнет».	Предложить детям показать любимые упражнения со шнуром: ходьба разными способами, один показывает – другие выполняют.	
П я т н и ц а			Подвижные игры по желанию детей. Упражнять детей в прыжках через снежные валы, отрабатывать толчок одной ногой. Игры детей со снежками, катание на лыжах, скольжение по ледяным дорожкам.	Упражнять детей в умении отбивать мяч от пола. Развивать согласованность движений рук и ног.	

Март: 1 неделя

Тема: У мамы руки золотые.

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Упражнять детей в равновесии с закрытыми глазами, стоя на одной ноге «Кто дольше простоит»		В п/и «Не оставайся на полу» упражнять в выполнении действий сразу после сигнала. Метание снежков в цель.	Упражнение на координацию речи с движениями «Дело было вечером...» по С. Михалкову.	
В т о р н и к	Игра «Кто назовёт больше действий». Воспитатель называет профессию и бросает мяч ребёнку. Ребёнок ловит мяч и называет одно действие и возвращает мяч обратно.	Конспект №39	В п/и «Мы весёлые ребята» предложить детям самим назвать местонахождения ловишки. Развивать умение быстро перестраиваться в соответствии с вариантом и действовать по обстановке. Метание снежков вдаль «Кто дальше бросит»	Профилактика плоскостопия «Кто больше соберёт волшебных орешков» Игра «Кто мы будем мы не скажем, а вот действие покажем».	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Дать детям объяснение, как правильно отжиматься. Поупражнять в отжимании.	

Ч е т в е р г	Упражнять детей в ориентировке. Игра «Близко - далеко»	Конспект №40	В п/и «Не оставайся на полу» упражнять в выполнении действий сразу после сигнала.	Упражнение «Кто больше отожмётся»	
П я т н и ц а	Упражнять детей в метании набивного мяча в обруч, и.п. сидя, мяч над головой Расстояние 2м.		Ориентирование на местности «Найди клад». Задание двум подгруппам разное. Катание на ледянках.	Упражнение на координацию речи с движениями «Дело было вечером...» по С. Михалкову.	

Март: 2 неделя

Тема: Подводный мир.

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Игра «Море волнуется». Упражнять детей в умении изображать морских животных.		В п/и «Караси и щука» упражнять в беге с увёртыванием. Развивать быстроту реакции. Развивать чувство равновесия в ходьбе по бордюру, приставляя пятку одной ноги к носку другой.	Логоритмическое упражнение «Море». Упражнять в умении согласовывать движения со словами.	Беседа с родителями о соблюдении теплового режима (одежда детей в тёплое время года)

В т о р н и к	Развивать у детей равновесие при выполнении ходьбы приставным шагом по шнуру с закрытыми глазами.	Конспект №41	В п/и «Заморожу» упражнять детей в беге с ускорением, сохраняя равновесие. Дети клюшкой и ногой закатывают мяч в ворота.	Игра «Чья команда меткая». Сбивание кеглей поставленных в шахматном порядке, мешочком с расстояния 3м.	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика «Чудо-юдо рыба-кит». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игра «Море волнуется». Упражнять детей в умении изображать морских животных.	
Ч е т в е р г	Подготовить 2 детей к проведению комплекса ОРУ. Схематическое изображение последовательности комплекса на фланелеграфе.	Конспект №42	В п/и «Берегись акула» упражнять детей в соблюдении правил и умении бегать не наталкиваясь. Закрепить умение вращать короткую скакалку кистью руки. Дать в каждую руку по сложенной скакалке и предложить при вращении делать удар около ног.	«Кто меньше сделает прыжков». Упражнять в энергичном отталкивании и мягком приземлении при выполнении прыжков, расстояние 5м.	
П я т н и ц а	Игра «Море волнуется». Упражнять детей в умении изображать морских животных.		В п/и «Караси и щука» упражнять в беге с увёртыванием. Развивать быстроту реакции. Прыжки между лужами, через ручейки.	Пальчиковая гимнастика «Морские животные» В. Волина	

Март: 3 неделя

Тема: В окно повеяло весной.

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Упражнение «Сбей колпак» с расстояния 3м. На одинаковом расстоянии расположить 5 колпаков, под каждым из которых лежит фантик. Победитель тот, кто больше наберёт фантиков. Приучать детей строго соблюдать правила выполнения действий с обозначенной линии.		В п/и «Бездомный заяц» познакомить детей с содержанием и правилами игры. Развивать быстроту реакции и быстроту начала действий. Закрепить умение вращать скакалками, сложенными пополам.	Ходьба по наклонной поверхности, закрепить умение правильно держать тело при подъёме и спуске. Для сохранения равновесия, закрепить умение ходить на передней части стопы, опираясь на пятки, в зависимости от поверхности.	
В т о р н и к	Ходьба по коврикам и шнуру, положенному волной с закрытыми глазами.	Конспект №43	В п/и «Найди своё дерево» упражнять в умении быстро находить дерево, которое назвал воспитатель. Ходьба по разновысотным пенькам, сохраняя равновесие. Развивать у детей подъёмную силу мышц ног.	Логоритмическое упражнение «На лужайке по утру»	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика «В лесу». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Упражнять детей в подъёме и спуске по лестнице, не держась за перила, соблюдать темп ходьбы.	

Ч е т в е р г	Ходьба по шнуру с закрытыми глазами «Отгадай, как лежит шнур»: прямоугольно, кругом, волной и т.д. Логоритмическое упражнение «На лужайке по утру»	Конспект №44	В п/и «Бездомный заяц» приучать детей быстро определять направление бега в зависимости от действий ловишки.	Действия детей с предметами под музыку. Упражнять в ритмичном выполнении упражнений.	
П я т н и ц а			Подвижные игры по желанию детей. Приучать детей согласовывать вращение скакалки с подпрыгиванием.	В игре «Передай мяч» упражнять детей в точном прокатывании (перебрасывании) мяча.	

Март: 4 неделя

Тема: От кареты до ракеты (транспорт).

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Упражнять детей в ползании по коврику с преодолением препятствий (большой стул, маленький стул). Приучать выбирать способ подлезания в зависимости от высоты.		В п/и «Самолёты» упражнять в быстром построении в круг или колонну. Метании шишек в мишень с расстояния 3м.	Игра малой подвижности «Светофор». Зелёный сигнал – дети ходят по группе, жёлтый – хлопают в ладоши, красный – замирают.	

В т о р н и к	Упражнять детей в ползании по - пластунски.	Конспект №45	В п/и «Волк во рву» приучать детей выбирать место и время для выполнения прыжка в длину с места. Упражнять в прыжках через скакалку.	Упражнение на координацию речи с движениями «Ехали- ехали». Игра «Угадай знак»	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика «Ехали- ехали». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Действия с предметами по желанию детей.	
Ч е т в е р г	Приучать детей выполнять подлезание в быстром темпе, расстояние 2м до дуги, 2м после дуги (добеги до ракеты на счёт 5).	Конспект №46	В п/и «Волк во рву» упражнять детей в лёгком выполнении прыжка. Метание шишек в мишень с расстояния 4м.	Игра «Кольцебросы». Предложить детям набрасывать на стержни, находящиеся на расстоянии 2м, 2,5м, 1,5м, но с разным начислением очков. Приучать регулировать силу броска в зависимости от расстояния до цели.	
П я т н и ц а			В п/и «Космонавты» развивать быстроту реакции. «Добрось до стены», метание вдаль мешочков, расстояние 10м.		

Март: 5 неделя

Тема: Моя любимая игрушка.

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

П о н е д е л ь н и к	Упражнять детей в умении прокатывать мяч, задавая точное направление. «Прокати мяч» - дети сидят на коленях и прокатывают мяч названному ребёнку.		П/и «Чья команда быстрее поменяет игрушку» развивать скорость бега и ловкость.	Упражнение «Какой игрушки не хватает?»	Провести с родителями анкетирование
В т о р н и к	«Школа мяча» развивать ловкость, координацию, точность выполнения заданий.	Конспект №47	В п/и «Мяч по кругу» упражнять детей в точном перебрасывании и ловле мяча. «Допрыгни до погремушки» - упражнять в прыжке в высоту с Разбега	Действия с ракеткой, воланом, учить подбрасывать вверх не роняя волана.	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика «Любимые игрушки». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игра «Кто скорее возьмёт игрушку» - развивать быстроту реакции.	
Ч е т в е р г	Упражнения с малым мячом: подбрасывание и ловля одной рукой, перебрасывание из руки в руку.	Конспект №48	В п/и «Мяч по кругу» упражнять в умении развивать внимание на два движущихся объекта: отправить в путь мяч, тут же следить за движением встречного мяча.	Действия с ракеткой, воланом «Кто дольше не уронит волан»	

П я т н и ц а	«Школа мяча» » развивать ловкость, координацию, точность выполнения заданий.		П/и «Чья команда быстрее поменяет игрушку» развивать скорость бега и ловкость.	Действия с предметами по желанию.	
---------------------------------	--	--	--	-----------------------------------	--

Апрель: 1 неделя

Тема: Если хочешь быть здоров!

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Упражнять детей в ходьбе выпадами «вдоль ручья» ширина 40см.		В п/и «Пятнашки» упражнять в беге с увёртыванием разными способами: присесть, отклонить туловище в сторону, бежать «змейкой».	Начать разрабатывать проект по ЗОЖ «Воспитание культуры здоровья. Формирование здоровых привычек».	Пригласить родителей на физ-ный досуг. Обратить внимание на поведение детей в экстремальных условиях.
В т о р н и к	Игры детей с теннисным мячом «Кто дольше не уронит» - подбрасывая и ловя его одной рукой.	Конспект №49	В п/и «Пожарные на учении» упражнять в быстром лазании, используя перекрёстную координацию. Упражнять в запрыгивании используя замах рук и энергичный толчок, высота 25см.	Действия с предметами по желанию детей. Игра «Бильбоке» развивать мелкую моторику рук.	

С р е д а	Пальчиковая гимнастика «Братец принеси дрова». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игра – соревнование «Мяч через сетку». Побеждает та команда, у которой меньше мячей.	
Ч е т в е р г	Продолжать упражнять в переносе центра тяжести с одной ноги на другую, при ходьбе с кочки на кочку.	Конспект №50	В п/и «Пятнашки» упражнять в беге с увёртыванием разными способами: присесть, отклонить туловище в сторону, бежать «змейкой». Сбивание кубиков маленьким мячом (расстояние 3м). развивать глазомер и правильное метание.	Упражнять в прыжках в длину с места «Из обруча в обруч»	
П я т н и ц а	Беседа с детьми о положении различных частей тела для сохранения правильной осанки. Развивать умение принимать и.п. в соответствии с изображением на рисунке.		В п/и «Пожарные на учении» упражнять в быстром лазании, используя перекрёстную координацию. Упражнять в прыжках через скакалку.	Физкультурный досуг.	

Апрель: 2 неделя

Тема: Приведём в порядок планету (космос)

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

П о н е д е л ь н и к	Игра на ориентировку в пространстве «Найди клад» по ранее составленному плану.		В п/и «Космонавты» развивать быстроту реакции. «Чья команда самая меткая» - метание в обруч. Упражнять в правильном и.п.	Игры детей с большим мячом в парах и индивидуально: чей мяч прокатится по дорожке, кто дальше прокатит мяч.	
В т о р н и к	Упражнение на внимание и составление ряда по условиям. Детям предлагаются карточки с цв. изображением планет. Выслушав задание воспитателя разложить планеты по порядку Земля, Венера, Марс, Плутон, Сатурн, Юпитер, Меркурий.	Конспект №51	П/и «Земляне и инопланетяне», как игра «День ночь». Приучать детей выполнять правила игры. Упражнять детей в пробегании под вращающийся, большой скакалкой.	Игра «Поменяй предмет» - комету на звезду. Упражнять в ловкости.	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Прыжки через песчаный вал (кратеры), высотой 30см. упражнять в энергичном отталкивании, используя толчок вверх – вперёд.	
Ч е т в е р г	Упражнение на внимание и составление ряда по условиям.	Конспект №52	П/и «Земляне и инопланетяне», упражнять в быстром беге. Упражнять детей в пробегании под вращающийся большой скакалкой.	Упражнять детей в умении лазать по трубе, выполняя поворот на высоте.	

П я т н и ц а	Игра на ориентировку в пространстве «Найди клад» с преодолением препятствий: ходьба с закрытыми глазами по шнуру, перепрыгивание, сбивание.		В п/и «Космонавты» развивать быстроту реакции. Упражнять детей в сбивании городков битой прямой рукой сбоку.	Самостоятельные действия детей с предметами.	
---------------------------------	--	--	---	--	--

Апрель: 3 неделя

Тема: Город мастеров.

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к	Профилактика плоскостопия и нарушения осанки. Ходьба с закрытыми глазами по шнуру, с мешочком на голове.		Русская народная игра «Заря» - развивать быстроту реакции. Предложить детям отбивать большой мяч о стенку и ловить его после отскока.	Познакомить детей с правилами игры «Классики». Предложить при помощи палки разметить и начертить 2 ряда «классиков». Договориться с детьми о порядке выполнения прыжков в соответствии с цифровым обозначением.	Беседа о развитии у детей физических качеств, как быстрота и ловкость.
В т о р н и к	Ходьба с закрытыми глазами (на пути ребёнка поставить препятствие в виде набивного мяча). Упражнять детей в преодолении запланированного игрового препятствия.	Конспект №53	В п/и «Горелки» закрепить правила игры. «Школа мяча», отбивание мяча о стену и ловля его после отскока.		

С р е д а	Пальчиковая гимнастика «Подарки с ярмарки». Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Ч е т в е р г	Организовать игру «Освободи царевну» (сбивание кеглей в определённой последовательности): сначала сбить крайние кегли-открыть ворота; ближние – убрать стражу, а затем освободить царевну. Развивать преднамеренность действий в выполнении бросков.	Конспект №54	Прогулка за пределы участка д/с.	«Классики» по схеме:	
П я т н и ц а			Подвижные игры по желания детей	«Классики» по схеме:	

Апрель: 4 неделя

Тема: Широка страна моя родная.

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

П о н е д е л ь н и к	Упражнение на координацию речи с движением «Моя Россия».		В п/и «Мышеловка» упражнять детей в умении быстро выполнять подлезание, а также увертывание от кота. «Школа мяча» отбивание мяча о стену через ногу.	Упражнять детей в ведении мяча и забрасывании его в баскетбольное кольцо.	Беседа о влиянии игры «Бирюльки», «Камешки» для подготовки руки к письму.
В т о р н и к	Соревнование «Кто быстрее соберёт пирамидку». Развивать ловкость и внимание.	Конспект №55	Чувашская народная игра «Пула» познакомить с правилами, развивать ловкость. Мальчики – ведут ногой мяч между предметами. Девочки – прыгают с резинкой: ноги врозь, вместе.	В п/и «Мяч водящему» упражнять детей в точном бросании и ловле мяча. Игра «Бирюльки»- развивать терпение, ловкость.	
С р е д а	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	В п/и «Пожарные на учениях» упражнять в лазании по гимнастической лестнице чередующим шагом.	
Ч е т в е р г	Упражнять детей в умении подбрасывать мяч повыше и ловить после хлопка. Выполнять подбрасывание мяча перед собой, отбивание его о стену.	Конспект №56	Татарская народная игра «Тимербай», как игра «Затейники» познакомить с правилами. «Школа мяча» отбивание мяча о стену через ногу.	Прокатывание обручей в парах, приучать задавать точное направление при прокатывании.	

П я т н и ц а			Мордовская народная игра «Круговой (Мячень кунсема)» познакомить с правилами. Упражнять детей в метании мешочков вдаль. Развивать энергичный замах.	Прыжки в длину с разбега. Упражнять детей в умении отталкиваться одной ногой, приземляться на две.	
---------------------------------	--	--	---	--	--

Апрель: 1 неделя

Тема:

Совместная деятельность с детьми старшей группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
П о н е д е л ь н и к					

В т о р н и к		Конспект №49			
С р е д а	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.		
Ч е т в е р г		Конспект №50	.		
П я т н и ц а					

Октябрь: 1неделя**Тема: Осень, осень в гости просим!**

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Отбивание и подбрасывание мяча. Игра «Школа мяча», закрепить приёмы ловли мяча.	Конспект №1	В п/и «Хитрая лиса» упражнять детей в умении пользоваться увёртыванием разными способами. Упражнение «Попади в корзину».	Игры в городки.	Познакомить родителей с уровнем физического развития и физической подготовленности детей. Обратить внимание на состояние осанки и стопы. Индивидуально отметить достоинства и недостатки в развитии движений у детей.
Вторник	Пальчиковая гимнастика		П/и «Мяч водящему» упражнять в правильной ловле мяча (капусты) и броске. Упражнять в лазании по рукоходу. Закрепить правила действия.	Игры детей с отбиванием мяча о стену. Оценить разнообразие действий и умение правильно ловить мяч.	
Среда	Упражнять детей в умении набрасывать кольца на стержень, используя бросок от груди одной рукой. Развивать глазомер.	Конспект №2	Игры детей в футбол и классики. п/и «Удочка» предложить организовать самим детям с небольшой подгруппой. Упр – ть в умении определять момент для прыжка и высоту подпрыгивания.	Упражнения на рукоходе: висы, уголки, перемещение с помощью рук.	
Четверг	Гимнастика для глаз. Самостоятельные действия с мячом и кольцами.		Физкультурное занятие на воздухе. Игры с ракеткой и воланом.	Провести игру «Чья команда самая меткая» выполняя метание мешочком в кеглю. Разметку делают сами дети, очередность и правила устанавливают дети.	

Пятница	Игры детей с обручем. Познакомить с приёмами прокатывания обруча отталкиванием рукой сверху.		Прогулка на школьный участок: знакомство с оборудованием и выполнение упражнений на них. Предложить выполнить доступные упражнения.	Упражнения с мячом по желанию детей.	
---------	---	--	--	--------------------------------------	--

Октябрь: 2неделя

Тема: Леса – всей земли краса! (деревья)

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни	Предложить детям на карточках найти ОРУ по названию, показать их правильное выполнение и выделить те элементы, в которых может быть ошибка.	Конспект №3	В п/и «Добеги до дерева» развивать у детей быструю ориентировку в пространстве, упражнять в беге с ускорением.	Загони щелчками желудь в ворота шириной 15 см с расстояния 1м.	Предложить родителям обратить внимание на позу ребёнка при стоянии, сидении и ходьбе. Отметить влияние осанки на состояние грудной клетки, работоспособность
Вторник	С цель подготовки детей к самостоятельному выполнению утренней гимнастики предложить детям отобрать карточки с изображением ОРУ, входящих в комплекс утренней гимнастики, дать им названия.		В п/и «Догони свою пару» развивать способность удерживать скорость бега на расстоянии 30м. формировать привычку готовиться к бегу.	Загони щелчками желудь в ворота шириной 15 см с расстояния 1-1,5м.	

Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №4	В п/и «Найди себе пару» закрепить умение быстро менять темп бега в зависимости от сигнала: слабый ветер, сильный ветер, ураган. Дети находят пары по соответствующим листьям, которые меняются после 2-3 повторений.	«Кто быстрее загонит желудь в ворота»	сердца и легких.
Четверг	Упражнять детей в выполнении разнообразных действий с кольцами: Набрасывать на стержень, вращать, прокатывать.		Физкультурное занятие на воздухе	Упражнять в ходьбе по разновысотным пенькам, сохраняя равновесие.	
Пятница	Гимнастика для глаз. Упражнения с малым мячом: перебрасывание из руки в руку, подбрасывание и ловля одной рукой.		Прогулка в парк. Организовать сбор листьев, шишек, желудей и веток для поделок.	Игры детей с шишками и желудями по желанию.	

Октябрь: 3неделя

Тема: Овощи и фрукты – здоровые продукты.

Совместная деятельность с детьми подготовительных групп					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни	Игра «Школа мяча» (прокатывание арбуза): дети расположены в шеренгу, «учитель» на расстоянии 3м.	Конспект №5	Игры детей в лунки, городки. Развивать у детей самостоятельность в создании условий и выполнении действий, умений объединяться.	Прокатывание обруча в парах. Закрепить правильный захват обруча и умение прокатывать в определённом направлении.	Предложить родителям обратить внимание на позу ребёнка при стоянии,

Вторник	Пальчиковая гимнастика		В п/и «Не оставайся на полу» формировать умение сочетать быстрый бег с лазанием. Прыжки через валики из листьев 15-20 см на двух ногах м места	Отбивание мяча об пол на месте. Согласовывать обивание мяча рукой с движениями ног.	сидении и ходьбе, особо отметить привычное положение головы. Объяснить значимость формирования правильной осанки для дальнейшего обучения в школе.
Среда	Гимнастика для глаз. Игра «Узнай фрукт по запаху» с закрытыми глазами.	Конспект №6	В игре «Съедобное – не съедобное» развивать быстроту реакций при ловле мяча. Упражнять в меткости при действиях ногой при попадании в ворота.	Упражнять в умении выполнять ведение мяча вокруг себя, не отрывая опорной ноги.	
Четверг	Игры детей в кольцебросы, кегли. Упражнять в умении принимать правильное и.п. и использовать перенос центра тяжести: при прицеливании – напереди стоящую ногу, при замахе - на сзади стоящую ногу, при броске – снова напереди стоящую ногу .		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Закрепить умение ловить и бросать мяч (арбуз) не роняя в п/и «Мяч водящему».	
Пятница			Экскурсия в школьный зал с целью наблюдения за игрой в баскетбол, выделить действия. Которые выполняют играющие.	Ходьба по набивным мячам, сохраняя равновесие, и по дорожке из иппликаторов Кузнецова.	

Октябрь: 4 неделя

Тема: Беличья кладовая (ягоды и грибы).

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьей
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	Подготовка двух детей к проведению ОРУ на утренней гимнастике. Упражнение «Подбрось и поймай»: разбросить 3 желудя, подбросить один, в это время взять другой, поймать, подбросить 2 желудя и т.д.	Конспект №7	Игры детей с отбиванием мяча о стену и в «Классики». Лазание по рукоходу: висы, перемещение на руках. Развивать силу, способность удерживать свой вес тела.	Упражнять в умении действовать прицельно, управлять направлением движения мяча в игре «Сбей кегли» с расстояния 3м.	Привлечь внимание родителей к выполнению бега и прыжков детьми. Обратить внимание на связь выполнения этих движений и возможности возникновения плоскостопия. Предложить комплекс упражнений для стопы.
Вторник	Пальчиковая гимнастика		В п/и «У медведя во бору» увеличить расстояние до берлоги медведя, развивать у детей ловкость. Упражнять в умении попадать в движущуюся цель.	Физкультурный досуг «Осень»	
Среда	Гимнастика для глаз.	Конспект №8	Познакомить детей с содержанием и правилами игры «Штандер». Использовать бег с ускорением.	Самостоятельные игры детей с мячами.	
Четверг	Игры «Загони желуды в ворота щелчком», «Попади в шишку» с разного расстояния.		Физкультурное занятие на воздухе.	Развивать умение регулировать силу броска при сбивании предметов с разного расстояния и мячами разных размеров.	
Пятница	Игры с обручем по желанию детей.		Игры по желанию детей. Способствовать развития самоорганизации в п/и. привлекать детей к выбору игры, созданию условий, распределению ролей, подаче сигналов.	В п/и «Школа мяча» (стоя и сидя на коленях) упражнять детей в умении правильно ловить мяч и бросать в заданном направлении.	

Ноябрь: 1 неделя

Тема: Вот уж последняя стая крыльями машет вдали (дикие птицы).

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнение «Отодвинь дальше кубик». Чертится дом кубика, а на расстоянии 4м чертится черта, с которой выполняются броски мешочков. Каждому игроку даётся две попытки. Побеждает тот, кто в результате броска отодвинет свой кубик дальше своего дома.	Конспект №9	В п/и «Перелёт птиц» проследить за тем, чтобы дети на одно и то же место не возвращались. Упражнять в умении сохранять равновесие при ходьбе и беге по уменьшенной опоре (бордюре).	В игре «Птицелов» упражнять в умении угадывать ребёнка по голосу, с закрытыми глазами.	Познакомить родителей с упражнениями для развития мелкой моторики руки. Особое внимание уделить играм малым мячом и мелкими предметами.
Вторник			В п/и «Совушка» закрепить правила игры. Подъём и спуск по наклонному скату.	«Подбрось и поймай» - упражнять в действиях с желудями.	
Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №10	В п/и «Перелёт птиц» упражнять в умении быстро залазить на лестницу, бревно и т.д. Прыжки через песчаные валы.	В игре «Птицы в клетке» развивать ловкость. Дети делятся на две команды, одни в кругу – клетка, другие птицы – залетают и вылетают из клетки. Пойманные встают в круг.	
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.	Игры детей с шишками и желудями.	

Пятница	Ходьба по набивным мячам, кубикам с целью развития функции равновесия.		Игры по желанию детей.	В игре «Школа мяча» закрепить умение ловить мяч свободно, не напряженно и регулировать силу броска в зависимости от расстояния (упражнение выполняется из положения стоя на коленях)	
---------	--	--	------------------------	--	--

Ноябрь: 2 неделя

Тема: Кто в птичнике живёт (домашние птицы).

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять в умении придавать определённое направление при прокатывании большого мяча и маленького мяча - «Прокати в ворота».	Конспект №11	В п/и «Наседка и коршун» развивать ловкость и увёртливость. Упражнять в умении выполнять метание в движущуюся цель: катящийся мяч, расстояние 2м.	п/и «Чья команда быстрее составит слово – утка - гусь». На противоположной стороне буквы и члены каждой команды бегут по очереди и берут любую букву, но приносят в обруч, её нужно поставить на своё место.	Предложить родителям проанализировать уровень самостоятельности в двигательной деятельности детей: умение подчиняться правилам в играх, умение организовать игры со своими
Вторник	Пальчиковая гимнастика.		В п/и «Беги к дереву» развивать у детей быструю ориентировку в пространстве и быстрый бег с увёртыванием. Развивать быструю реакцию на зрительный сигнал.	Повторить игру «Чья команда быстрее составит слово», сменив слова. Упражнять в умении принимать и.п. и выполнять ускорение.	

Среда	Гимнастика для глаз.	Конспект №12	В п/и «Наседка и коршун» развивать ловкость и увёртливость. Упражнять в прыжках в высоту с места (через ветку)	В игре «Птицы в клетке» развивать ловкость.	сверстниками и с детьми во дворе, умение создавать условия для игры.
Четверг	Ходьба по палке боком приставным шагом, прыжки через палку.		Физкультурное занятие на воздухе.	Развивать у детей выразительность движений в изображении походки домашних птиц.	
Пятница	Игра «Волшебные орешки» - развивать гибкость стопы.		Предложить детям самостоятельно организовать игру «Наседка и цыплята»: собрать 5-6 детей для игры, распределить роли.	Упражнение «Сбей мешочком большой мяч» - развивать согласованность действий рук и ног при метании.	

Ноябрь: 3неделя

Тема: Животные домашнего подворья (домашние животные).

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	Упражнение «Отодвинь дальше кубик». Чертится дом кубика, а на расстоянии 2м чертится черта, с которой выполняются броски мешочка или малым мячом. Каждому игроку даётся две попытки. Побеждает тот, кто в результате броска отодвинет свой кубик дальше своего дома.	Конспект №13	В п/и «Кот и мыши» упражнять детей в быстром переходе от бега к подлезанию наиболее подходящим способом (на ступнях без рук и боком). Ходьба по разновысотным пенкам с целью развития равновесия.	Предложить детям выполнить возможные действия с большим мячом в условиях групповой комнаты: дети стоят в шеренге, один показывает, а другие повторяют. Отметить разнообразие действий и их новизну.	Консультация медицинской сестры «Закаливание и его значение»
Вторник	Пальчиковая гимнастика.		Повторить игру «Кот и мыши». Предложить детям самостоятельно провести её. Упражнять в метании в цель – развивать глазомер.	Предложить детям выполнить возможные действия с малым мячом в условиях групповой комнаты.	
Среда	Гимнастика для глаз.	Конспект №14	Игры по желанию детей.	Упражнять в ведении мяча между предметами.	
Четверг	Упражнение «Сбей кегли», расположенные на расстоянии 2м, 2,5м, 3м, 4м - сбивание выполняется мешочком.		Физкультурное занятие на воздухе.	Самостоятельные действия детей с желудями и шишками.	
Пятница	Упражнение «Кто дальше отодвинет кубик». Разделить детей по уровню умения и обеспечить дифференцированный подход при определении расстояния.		В п/и «Мыши в кладовой» детей в быстром переходе от бега к подлезанию наиболее подходящим способом (на ступнях без рук и боком). Мыши подлезают дважды: чтобы проникнуть в кладовую и к себе в норку.	Физкультурный досуг.	

Ноябрь: 4 неделя

Тема: Жизнь замечательных зверей (дикие животные).

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Ходьба приставным шагом пятку к носку по шнуру, положенному прямо, волной.	Конспект №15	В п/и «Бездомный заяц» упражнять в умении быстро ориентироваться в пространстве, бегать на скорость на наталкиваясь.	Разучить с детьми действия с длинной лентой: волна, круговые движения. Предложить выполнить движения правой и левой рукой. Привлечь внимание к движению кистью руки.	Предложить родителям проанализировать уровень самостоятельности в двигательной деятельности детей: умение подчиняться правилам в играх, умение организовать игры со своими сверстниками и с детьми во дворе, умение создавать условия для игры.
Вторник	Развивать мускулатуру пальцев в упражнении «Загони желудь в ворота» щелчком, меняя расстояние.		В п/и «Волк во рву» закрепить умение перепрыгивать через ров с ходу. Развивать ловкость. Игра в «Прятки», уточнить правила игры, помочь детям в организации.	Закрепить выполнение действий с длинной лентой, сочетать резкие и плавные движения в действиях с лентой; чтобы лента взлетела вверх – нужно резко взмахнуть; волна бывает разной.	
Среда	Гимнастика для глаз.	Конспект №16	В п/и «Бездомный заяц» упражнять в умении быстро ориентироваться в пространстве.	Предложить детям выполнить движения с длинной лентой.	
Четверг	Пальчиковая гимнастика.		Физкультурное занятие на воздухе.	Развивать умение выполнять движения с длинными и короткими лентами в соответствии с характером музыки.	

Пятница	Упражнение «Подбрось желудь» - подбрось один, возьми другой, поймай первый, подбрось два желудя, возьми третий, поймай два подброшенных двумя руками.		В п/и «Волк во рву» закрепить умение перепрыгивать через ров с ходу. Упражнять в метании мешочков вдаль. Укреплять мышцы плечевого пояса.	Упражнения с длинными и короткими лентами в парах, тройками. Развивать слаженность, выразительность движений.	
---------	---	--	--	---	--

Декабрь: 1 неделя

Тема: Идёт волшебница зима.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнение «Сбей городки» - фигуры рак и пушка. Выбрать судей из детей и предложить оценивать соблюдение правил игры. Сбивание выполняется мешочком.	Конспект №17	В п/и «Два мороза» упражнять в выборе способа действий в зависимости от местонахождения морозов: сзади, впереди, по середине сбоку. Прыжки через песочные валики.	Упражнение «Кто быстрее перенесёт снежок ложкой». Ребёнок должен без помощи рук захватить снежок (мяч) ложкой, быстро отнести на стул. Расстояние 5-7 м.	Беседа: «Влияние динамической и статистической нагрузок на подготовку организма к школьному режиму»
Вторник	Ходьба с закрытыми глазами по шнуру, положенному змейкой, квадратом, треугольником, приставляя пятку к носку.		В п/и «Мы весёлые ребята» упражнять в умении быстро переходить от прыжков к бегу. Перелезание через бревно, ходьба по разновысоким пенёкам.	Упражнение «Кто быстрее перенесёт снежок ложкой». Дети делятся на команды.	
Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №18	В п/и «Мы весёлые ребята» предложить детям самостоятельно определить местонахождение ловишки. Упражнение «След в след», учить регулировать ширину шага в ходьбе.	Игра «Снежный ком» - закрепить правила игры.	

Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.	Игры по желанию детей.	
Пятница	«Дойти до кубика с закрытыми глазами»: на расстоянии 5-6 шагов от черты ставится кубик, ребёнок отсчитывает количество шагов от кубика до черты, встаёт у черты, ему завязывают глаза и ребёнок идёт в сторону кубика.		В п/и «Два мороза» предложить детям самостоятельно определить местонахождение морозов и расстояние до них.	Упражнение «Сбей городки». Развивать самоорганизацию, самоконтроль в игре.	

Декабрь: 2 неделя

Тема: Зимние забавы.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Формировать у детей умение составлять план местности и ориентироваться на нём. Берётся лист бумаги, который обозначает групповую комнату, определить местонахождение окон и дверей. Предлагается указать нахождение столов, игровых зон и условно обозначить на листе.	Конспект №19	В п/и «Охотники и звери» упражнять в умении выбирать подходящий способ в зависимости от расстояния до цели. Скольжение по ледяным дорожкам, сохраняя равновесие.	Игры детей с теннисным мячом: отбивание, подбрасывание одной рукой.	Консультация для родителей по использованию точечного массажа в домашних условиях, как средство профилактики простудных

Вторник	Предложить детям нарисовать план размещения группового участка с определением его местонахождения по отношению к зданию д/с.		В п/и «Два мороза» предложить детям самостоятельно определить местонахождение морозов и расстояние до них. Метание в движущуюся цель.	Сбивание городошных фигур по желанию детей с разных и.п.	заболеваний.
Среда	Предложить детям нарисовать план размещения спортивной площадки с определением его местонахождения по отношению к зданию д/с и других участков.	Конспект №20	В п/и «Бездомный заяц» упражнять в умении быстро ориентироваться в пространстве. Катание на санках, лыжах.	Угры детей с обручами: прокатывание, кручение на талии, руке.	
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе на ориентирование на участке д/с.	Игра «Вьюга» добиваться выразительности танцевальных движений в зависимости от темпа музыки.	
Пятница	Пальчиковая гимнастика.		Игры по желанию детей.	Физические упражнения с лентами, мячами, обручами по желанию детей.	

Декабрь: 3 неделя

Тема: В гостях у сказки.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	Игра «Сбей кегли». Вряд стоят 4 кегли, с цифрами 1,2,3,4, обозначающие очки. Развивать прицельность и целенаправленность при метании.	Конспект №21	В п/и «Бездомный заяц» развивать внимательность и быстроту реакций. Катание детей на санках.	Игра «Городки» - развивать глазомер. Сбивать фигуры мешочком. Расстояние 2-3 м.	Привлечь родителей для сооружения снежных построек на участке.
Вторник	Упражнение с мешочком на голове: ходьба змейкой, приседание.		В п/и «Охотники и звери» развивать у детей выразительность движений. Разделить играющих на группы: зайцы, лисы, медведи. «Дома» каждой группы находятся в обозначенном месте. По сигналу звери удаляются в свой дом.	Организовать игру «Освободи царевну» (сбивание кеглей в определённой последовательности): сначала сбить крайние кегли- открыть ворота; ближние – убрать стражу, а затем освободить царевну. Развивать преднамеренность действий в выполнении бросков.	
Среда	Развивать равновесие при ходьбе по шнуру с мешочком на голове.	Конспект №22	В п/и «Чья команда быстрее построится» развивать быстроту реакции и согласованность действий. Скольжение по ледяным дорожкам.		
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.	Игры детей с теннисным мячом: подбрасывание и ловля одной рукой, перебрасывание из руки в руку, отбивание об пол под ногой и ловля.	
Пятница	Пальчиковая гимнастика «У оленя дом большой»		Игры по желанию детей.		

Декабрь: 4 неделя

Тема: Здравствуй праздник Новый год.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни	Повторить с детьми новогодние хороводы.	Конспект №23	В п/и «Два мороза» предложить детям самостоятельно определить местонахождение морозов и расстояние до них.	Сбивание больших или маленьких полиэтиленовых кубиков маленькими мячами расстояние 2-3м.	
Вторник	Перешагивание и подлезание под 6 стульев, поставленных в ряд. Упражнять в умении подлезать попластунски, согласуя движения рук и ног.		В п/и «Мой весёлый звонкий мяч» упражнять в умении прыгать легко. Игра проводится по типу парных перебежек. На слова: «Мой весёлый...» прыгать на месте, а в конце произносятся слова:		
Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №24	«Красный, синий, голубой, не кружись, стой» дети останавливаются. Затем звучат слова: «Раз, два, три - беги».	Упражнять детей в умении прокатывать мяч в точном направлении, регулировать силу броска в задании «Чья пара точнее катает мяч»: соревнуются 3 пары. Побеждает та, которая при прокатывании не сойдет с места и не потеряет мяч. Расстояние 6м.	
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.		

Пятница	Игры по желанию детей.		Подвижные игры по желанию детей.	Игры по желанию детей.	
---------	------------------------	--	----------------------------------	------------------------	--

Январь: 3 неделя

Тема: Дом в котором я живу (мебель, материалы и инструменты).

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Игра «Чья команда быстрее построй дом». Команда состоит из 3-4 детей. Нужно перенести 8-10 деталей строительного материала в обозначенное место и построить из него дом. Распределяют обязанности среди детей.	Конспект №25	В п/и «Бездомный заяц» развивать быстроту реакции. «Загони льдинку в лунку» прыжками на одной ноге, клюшкой.	Предложить детям показать любимые упражнения с малым мячом, которые можно показать в групповой комнате, один показывает – другие выполняют.	
Вторник	Подготовить детей для самостоятельного проведения утренней гимнастики.		В п/и «Мы весёлые ребята» приучать быстро переходить от прыжков к бегу из и.п. стоя к направлению движения. Катание на санках парами.	Предложить детям показать любимые упражнения с обручем, которые можно показать в групповой комнате, один показывает – другие выполняют.	
Среда	Пальчиковая гимнастика «Строим дом».	Конспект №26	В п/и «Бездомный заяц» развивать быстроту реакции. Ходьба на лыжах.	Предложить детям показать разные способы отбивания большого мяча, один показывает – другие выполняют.	

Четверг	Гимнастика для глаз. Игра «Чья команда быстрее построит дом». Отметить не только быстроту, но и красоту постройки.		Физкультурный досуг на воздухе «Зимние забавы».	Упражнение «Подбрось, поймай» с желудями. Развивать быстроту действий при захватывании желудей.	
Пятница	Игра «Кто дальше сдвинет кубик» расстояние 3,5м. упражнять в использовании замаха для увеличения силы броска.		В п/и «Встречные перебежки» упражнять в умении быстро увёртываться на скорость. При скатывании с горки взять предмет справа, слева.	Игра «Чья команда быстрее построит дом».	

Январь: 4 неделя

Тема: Федорино горе (посуда).

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	В упражнении «Сбей кегли» развивать глазомер и умение регулировать силу броска в зависимости от расстояния до цели: кегли в два ряда на расстоянии 4м и 5м (на кеглях картинки с посудой)	Конспект №27	В п/и «Не оставайся на полу» упражнять в умении сохранять равновесие на уменьшенной площади опоры. Катание на санках.	«Собери желуды»: броском ребёнок рассыпает желуды, а затем, подбрасывая один желудь, этой же рукой собирает желуды в кучу и ловит подброшенный.	
Вторник	Упражнять детей в умении придавать определённое направление при броске для сбивания кеглей, расположенных конусообразно.		В п/и «Два мороза» упражнять в умении выбирать момент для перебежки, выполнять быстрое ускорение. Закрепить умение выполнять скольжение по ледяным дорожкам на полусогнутых ногах.	Игра «Чья команда быстрее поменяет предмет». Развивать быстроту реакции. Предметы – посуда.	

Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №28	В п/и «Не оставайся на полу» упражнять в умении сохранять равновесие на уменьшенной площади опоры.	Игры детей с желудями по желанию.	
Четверг	Гимнастика для глаз. «Дойти до кубика с закрытыми глазами»: на расстоянии 5-6 шагов от черты ставится кубик, ребёнок отсчитывает количество шагов от кубика до черты, встаёт у черты, ему завязывают глаза и ребёнок идёт в сторону кубика.		Физкультурное занятие на воздухе.	В игре «Мяч водящему» упражнять в прокатывании в заданном направлении и быстром переходе от прокатывания к бегу.	
Пятница	Предложить детям самостоятельно придумать варианты расположения кеглей и условий для их сбивания.		Предложить детям самостоятельно организовать игру «Два мороза». Выбрать судей, контролирующих соблюдение правил. Ходьба на лыжах, скатывание с пригорка.	Ритмические упражнения под музыку с лентами.	

Январь: 5 неделя

Тема: Цветик – семицветик (комнатные растения).

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни	Игра «Сбей колпак», на колпаке изображение комнатных растений, а под ним находится фант, который забирает тот, кто собьёт (расстояние 4м).	Конспект №29	В п/и «Мы весёлые ребята» упражнять в продвижении вперёд прыжками с ноги на ногу, быстро начинать бег из и.п. стоя к направлению движения.	В упражнении «Кто быстрее переберётся через болото с помощью 2 дощечек» развивать умение быстро действовать руками.	

Вторник	Игра «Сбей колпак» шишкой, желудем. Упражнять в умении выполнять метание мелких предметов, захватывая их указательным, большим и средним пальцами.		В п/и «Мы весёлые ребята» предложить детям определить местонахождения ловишки и способ перемещения. Игру проводят дети. Ходьба на лыжах.	Игра «Кто самый меткий». В обручи положить картинки с комнатными растениями на расстоянии 3,4,5м , нужно попасть мешочком в обруч.	
Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №30	В п/и «Догонялки» развивать быструю реакцию на смену водящего (следует громко назвать имя водящего). Игра «Попади снежком в цель» расстояние 3-4м.	Игры по желанию детей.	
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.	В упражнении «Кто быстрее переберётся через болото» развивать быстроту действий.	
Пятница	Предложить детям показать любимые упражнения со шнуром (разные виды ходьбы)		Подвижные игры по желанию детей.	Развивать умение выполнять движения с длинными и короткими лентами в соответствии с характером музыки.	

Февраль: 1 неделя

Тема: Я – человек.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	В игре «Кольцебросы» упражнять детей в умении правильно выпускать кольцо (ребром) от груди одной рукой. Предложить набрасывать кольца на стержень с расстояния 1,5м.	Конспект №31	В п/и «Сохрани пару» упражнять детей в умении оценивать трудность выполнения подлезания с учётом высоты препятствия и своего роста. (Игра по типу «Горелки»только последняя пара пробегает вдоль колонны и подлезает под шнур h70см)	Развивать у детей прыгучесть, умение энергично выполнять отталкивание в прыжке. Упражнение «Ударь в бубен». Игры детей с обручами: прокатывание, вращение, пролезание, прыжки.	Предложить родителям познакомить детей с функцией органов слуха и зрения, раскрыть приёмы этой работы.
Вторник	Логометрическое упражнение «Руки» стихотворение И.Демьянова.		В п/и «Сохрани пару» формировать взаимодействие между партнёрами. Ходьба на лыжах. Скольжение на ледяных дорожках.		
Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №32	Подвижные игры по желанию детей.	Упражнение «Чьё кольцо прокрутится дольше?» А что быстрее падает обруч или кольцо? Как вы думаете почему?	
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.		

Пятница	В игре «Кольцебросы» приучать детей удерживать направление движения кольца после прицеливания, выполнять замах мягко, регулировать силу броска.		В п/и «Чья команда быстрее к снеговiku» совершенствовать навыки подлезания без помощи рук, сочетая его с бегом и скольжением. Метание в движущуюся цель.	Логометрическое упражнение «Для чего ножки» стихотворение И.Демьянова.	
---------	---	--	--	--	--

Февраль: 2 неделя

Тема: Я – человек.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять детей в умении прокатывать мяч, задавая точное направление в упражнении «Попади в ноги». Дети стоят по кругу, ноги сомкнуты. Прокатывающий должен попасть в носки ног, с места сходить нельзя.	Конспект №33	В п/и «Сохрани пару» закрепить умение выполнять подлезание в быстром темпе, сочетать бег с подлезанием, развивать взаимодействие, умение договариваться с партнёрами. Катание на санках.	Закрепить умение метать мешочек в движущуюся цель из и.п. стоя на коленях с расстояния 3м.	
Вторник			В п/и «Мы весёлые ребята» предложить детям определить местонахождения ловишки и способы передвижения играющих. Упражнения в равновесииб по скользкой поверхности, приставным шагом по бордюру, валам.	Закрепить умение метать шишку или желудь в движущуюся цель из и.п. стоя на коленях с расстояния 3м.	

Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №34	В п/и «Чья команда быстрее к снеговiku» совершенствовать навыки подлезания без помощи рук, сочетая его с бегом и скольжением. Скатывание с горки на санках с захватыванием предметов слева и справа.	Логометрическое упражнение «Для чего ножки» стихотворение И.Демьянова.	
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.	Упражнения детей с различными пособиями.	
Пятница	В упражнении «Попади в ноги» дети стоят по кругу, выполняют различные движения, а по сигналу должны принять неподвижную фигуру, а водящий попадает в ноги 3 мячами.		Предложить детям самостоятельно организовать игру «Два мороза» и определить местонахождение ловишек.	Упражнять детей в умении сохранять равновесие регулировать ширину шага при ходьбе по набивным мячам, кирпичикам.	

Февраль: 3 неделя

Тема: Защитники Отечества.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнение «Попади в танк» - развивать глазомер, точность попадания (расстояние 3 м)	Конспект №35	В п/и «У солдат порядок строгий» упражнять детей в умении быстро строится в определённом месте в колонну, шеренгу, круг. Скольжение по ледяным дорожкам, сохраняя равновесие.	Упражнение на согласование речи с движением «Будем в армии служить»	Привлечь родителей к подготовке физического досуга.

Вторник	Логоритмическое упражнение «Парад» Упражнять в движениях согласно тексту стихотворения В. Волина		В п/и «У солдат порядок строгий» упражнять детей в умении быстро строится в определённом месте в колонну, шеренгу, круг. Катание с горки на ледянках с заданием: прокатись в ворота.	Игра «Кольцебросы». Предложить детям набрасывать на стержни, находящиеся на расстоянии 2м, 2,5м, 1,5м, но с разным начислением очков. Приучать регулировать силу броска в зависимости от расстояния до цели.	
Среда	Пальчиковая гимнастика «Бойцы - молодцы». Гимнастика для глаз.	Конспект №36	Игра - соревнование «Артиллеристы», упражнять в попадании в цель. Чья команда больше собьёт колпачков. Катание с горки с заданием : взять на ходу предмет, находящийся с лева или справа.		
Четверг	Развивать ориентировку в пространстве в игре «Внимательные разведчики» (найди флажок).		Физкультурное занятие на воздухе.	Упражнение на согласование речи с движением «Будем в армии служить»	
Пятница	Упражнение «Попади в танк» - развивать глазомер, точность попадания (расстояние 3 м)		Подвижные игры по желанию детей.	Физкультурный досуг «Аты-баты мы солдаты»	

Февраль: 4 неделя

Тема: Миром правит красота (одежда, обувь, головные уборы).

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	Развивать у детей равновесие. Предложить детям пройти по шнуру приставным шагом с завязанными глазами. «Пройди, не сбейся с дороги».	Конспект №37	В п/и «Дотронься до спины» упражнять детей в беге, продвигаясь боком, спиной вперёд, сохраняя равновесие, учитывая грунт, имеющиеся препятствия. Упавший считается также в проигрыше. Катание на санках с горки с заданиями.	Упражнение «Попади в большой мяч» мешочком, с расстояния 2,5 – 3м, а в маленький мяч с расстояния 1,5-2м. закрепить правильность выполнения метания.	
Вторник	Упражнение «Сбей колпак» с расстояния 3м. На одинаковом расстоянии расположить 5 колпаков, под каждым из которых лежит фантик. Победитель тот, кто больше наберёт фантиков.		В п/и «Заморожу» упражнять в беге с ускорением, сохраняя равновесие. Упражнять детей в метании в движущуюся цель.	Игра – эстафета «Чья команда быстрее соберёт пирамидку». Упражнять детей в подлезании под дуги разной высоты.	
Среда	Пальчиковая гимнастика «Подарки с ярмарки». Гимнастика для глаз.	Конспект №38	В п/и «Два Мороза» упражнять в беге в различных ситуациях и разными способами сохраняя равновесие. Перепрыгивание через снежные валы «Чья команда выше прыгнет».	Упражнять детей в перепрыгивании через предметы, отталкиваясь одной ногой, отрабатывать мягкое приземление.	
Четверг	Игра «Фанты», ребёнок ведущий закрывает глаза, водящий показывает предмет одежды одного из детей, ведущий говорит что		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Предложить детям показать любимые упражнения со шнуром: ходьба разными способами, один показывает – другие выполняют.	

Пятница	нужно сделать обладателю этой одежды.		Подвижные игры по желанию детей. Упражнять детей в прыжках через снежные валы, отрабатывать толчок одной ногой. Игры детей со снежками, катание на лыжах, скольжение по ледяным дорожкам.	Упражнять детей в умении отбивать мяч от пола. Развивать согласованность движений рук и ног.	
---------	---------------------------------------	--	--	--	--

Март: 1 неделя

Тема: У мамы руки золотые.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять детей в равновесии с закрытыми глазами, стоя на одной ноге «Кто дольше простоит»	Конспект №39	В п/и «Не оставайся на полу» упражнять в выполнении действий сразу после сигнала. Метание снежков в цель.	Упражнение на координацию речи с движениями «Дело было вечером...» по С. Михалкову.	
Вторник	Игра «Кто назовёт больше действий». Воспитатель называет профессию и бросает мяч ребёнку. Ребёнок ловит мяч и называет одно действие и возвращает мяч обратно.		В п/и «Мы весёлые ребята» предложить детям самим назвать местонахождения ловишки. Развивать умение быстро перестраиваться в соответствии с вариантом и действовать по обстановке. Метание снежков вдаль «Кто дальше бросит»	Профилактика плоскостопия «Кто больше соберёт волшебных орешков» Игра «Кто мы будем мы не скажем, а вот действие покажем».	

Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.	Конспект №40	В п/и «Не оставайся на полу» упражнять в выполнении действий сразу после сигнала.	Дать детям объяснение, как правильно отжиматься. Поупражнять в отжимании.	
Четверг	Упражнять детей в ориентировке. Игра «Близко - далеко»		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Упражнение «Кто больше отожмётся»	
Пятница	Упражнять детей в метании набивного мяча в обруч, и.п. сидя, мяч над головой Расстояние 2м.		Ориентирование на местности «Найди клад». Задание двум подгруппам разное. Катание на ледянках.	Упражнение на координацию речи с движениями «Дело было вечером...» по С. Михалкову.	

Март: 2 неделя

Тема: Подводный мир.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Игра «Море волнуется». Упражнять детей в умении изображать морских животных.	Конспект №41	В п/и «Караси и щука» упражнять в беге с увёртыванием. Развивать быстроту реакции. Развивать чувство равновесия в ходьбе по бордюру, приставляя пятку одной ноги к носку другой.	Логоритмическое упражнение «Море». Упражнять в умении согласовывать движения со словами.	Беседа с родителями о соблюдении теплового режима (одежда детей в тёплое время года)

Вторник	Развивать у детей равновесие при выполнении ходьбы приставным шагом по шнуру с закрытыми глазами.		В п/и «Заморожу» упражнять детей в беге с ускорением, сохраняя равновесие. Дети клюшкой и ногой закатывают мяч в ворота.	Игра «Чья команда меткая». Сбивание кеглей поставленных в шахматном порядке, мешочком с расстояния 3м.	
Среда	Пальчиковая гимнастика «Чудо-юдо рыба-кит». Гимнастика для глаз.	Конспект №42	В п/и «Берегись акула» упражнять детей в соблюдении правил и умении бегать не наталкиваясь. Закрепить умение вращать короткую скакалку кистью руки. Дать в каждую руку по сложенной скакалке и предложить при вращении делать удар около ног.	Игра «Море волнуется». Упражнять детей в умении изображать морских животных.	
Четверг	Подготовить 2 детей к проведению комплекса ОРУ. Схематическое изображение последовательности комплекса на фланелеграфе.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	«Кто меньше сделает прыжков». Упражнять в энергичном отталкивании и мягком приземлении при выполнении прыжков, расстояние 5м.	
Пятница	Игра «Море волнуется». Упражнять детей в умении изображать морских животных.		В п/и «Караси и щука» упражнять в беге с увёртыванием. Развивать быстроту реакции. Прыжки между лужами, через ручейки.	Пальчиковая гимнастика «Морские животные» В. Волина	

Март: 3 неделя

Тема: В окно повеяло весной.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	Упражнение «Сбей колпак» с расстояния 3м. На одинаковом расстоянии расположить 5 колпаков, под каждым из которых лежит фантик. Победитель тот, кто больше наберёт фантиков. Приучать детей строго соблюдать правила выполнения действий с обозначенной линии.	Конспект №43	В п/и «Бездомный заяц» познакомить детей с содержанием и правилами игры. Развивать быстроту реакции и быстроту начала действий. Закрепить умение вращать скакалками, сложенными пополам.	Ходьба по наклонной поверхности, закрепить умение правильно держать тело при подъёме и спуске. Для сохранения равновесия, закрепить умение ходить на передней части стопы, опираясь на пятки, в зависимости от поверхности.	
Вторник	Ходьба по коврикам и шнуру, положенному волной с закрытыми глазами.		В п/и «Найди своё дерево» упражнять в умении быстро находить дерево, которое назвал воспитатель. Ходьба по разновысотным пенькам, сохраняя равновесие. Развивать у детей подъёмную силу мышц ног.	Логоритмическое упражнение «На лужайке по утру»	
Среда	Пальчиковая гимнастика «В лесу». Гимнастика для глаз.	Конспект №44	В п/и «Бездомный заяц» приучать детей быстро определять направление бега в зависимости от действий ловишки.	Упражнять детей в подъёме и спуске по лестнице, не держась за перила, соблюдать темп ходьбы.	
Четверг	Ходьба по шнуру с закрытыми глазами «Отгадай, как лежит шнур»: прямоугольно, кругом, волной и т.д.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Действия детей с предметами под музыку. Упражнять в ритмичном выполнении упражнений.	
Пятница	Логоритмическое упражнение «На лужайке по утру»		Подвижные игры по желанию детей. Приучать детей согласовывать вращение скакалки с подпрыгиванием.	В игре «Передай мяч» упражнять детей в точном прокатывании (перебрасывании) мяча.	

Март: 4 неделя

Тема: От кареты до ракеты (транспорт).

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять детей в ползании по ковру с преодолением препятствий (большой стул, маленький стул). Приучать выбирать способ подлезания в зависимости от высоты.	Конспект №45	В п/и «Самолёты» упражнять в быстром построении в круг или колонну. Метании шишек в мишень с расстояния 3м.	Игра малой подвижности «Светофор». Зелёный сигнал – дети ходят по группе, жёлтый – хлопают в ладоши, красный – замирают.	
Вторник	Упражнять детей в ползании по - пластунски.		В п/и «Волк во рву» приучать детей выбирать место и время для выполнения прыжка в длину с места. Упражнять в прыжках через скакалку.	Упражнение на координацию речи с движениями «Ехали-ехали». Игра «Угадай знак»	
Среда	Пальчиковая гимнастика «Ехали-ехали». Гимнастика для глаз.	Конспект №46	В п/и «Волк во рву» упражнять детей в лёгком выполнении прыжка. Метание шишек в мишень с расстояния 4м.	Действия с предметами по желанию детей.	
Четверг	Приучать детей выполнять подлезания в быстром темпе, расстояние 2м до дуги, 2м после дуги (добеги до ракеты на счёт 5).		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Игра «Кольцебросы». Предложить детям набрасывать на стержни, находящиеся на расстоянии 2м, 2,5м, 1,5м, но с	

Пятница			В п/и «Космонавты» развивать быстроту реакции. «Добрось до стены», метание вдаль мешочков, расстояние 10м.	разным начислением очков. Приучать регулировать силу броска в зависимости от расстояния до цели.	
---------	--	--	---	--	--

Март: 5 неделя

Тема: Моя любимая игрушка.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Упражнять детей в умении прокатывать мяч, задавая точное направление. «Прокати мяч» - дети сидят на коленях и прокатывают мяч названному ребёнку.	Конспект №47	П/и «Чья команда быстрее поменяет игрушку» развивать скорость бега и ловкость.	Упражнение «Какой игрушки не хватает?»	Провести с родителями анкетирование
Вторник	«Школа мяча» развивать ловкость, координацию, точность выполнения заданий.		В п/и «Мяч по кругу» упражнять детей в точном перебрасывании и ловле мяча. «Допрыгни до погремушки» - упражнять в прыжке в высоту с Разбега	Действия с ракеткой, воланом, учить подбрасывать вверх не роняя волана.	

Среда	Пальчиковая гимнастика «Любимые игрушки». Гимнастика для глаз.	Конспект №48	В п/и «Мяч по кругу» упражнять в умении развивать внимание на два движущихся объекта: отправить в путь мяч, тут же следить за движением встречного мяча.	Игра «Кто скорее возьмёт игрушку» - развивать быстроту реакции.	
Четверг	Упражнения с малым мячом: подбрасывание и ловля одной рукой, перебрасывание из руки в руку.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Действия с ракеткой, воланом «Кто дольше не уронит волан»	
Пятница	«Школа мяча» » развивать ловкость, координацию, точность выполнения заданий.		П/и «Чья команда быстрее поменяет игрушку» развивать скорость бега и ловкость.	Действия с предметами по желанию.	

Апрель: 1 неделя

Тема: Если хочешь быть здоров!

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	Упражнять детей в ходьбе выпадами «вдоль ручья» ширина 40см.	Конспект №49	В п/и «Пятнашки» упражнять в беге с увёртыванием разными способами: присесть, отклонить туловище в сторону, бежать «змейкой».	Начать разрабатывать проект по ЗОЖ «Воспитание культуры здоровья. Формирование здоровых привычек».	Пригласить родителей на физ-ный досуг. Обратить внимание на поведение детей в экстремальных условиях.
Вторник	Игры детей с теннисным мячом «Кто дольше не уронит» - подбрасывая и ловя его одной рукой.		В п/и «Пожарные на учении» упражнять в быстром лазании, используя перекрёстную координацию. Упражнять в запрыгивании используя замах рук и энергичный толчок, высота 25см.	Действия с предметами по желанию детей.	
Среда	Пальчиковая гимнастика «Братец принеси дрова». Гимнастика для глаз.		В п/и «Пятнашки» упражнять в беге с увёртыванием разными способами: присесть, отклонить туловище в сторону, бежать «змейкой». Сбивание кубиков маленьким мячом (расстояние 3м). развивать глазомер и правильное метание.	Игра – соревнование «Мяч через сетку». Побеждает та команда, у которой меньше мячей.	
Четверг	Продолжать упражнять в переносе центра тяжести с одной ноги на другую, при ходьбе с кочки на кочку.	Конспект №50	Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Упражнять в прыжках в длину с места «Из обруча в обруч»	

Пятница	Беседа с детьми о положении различных частей тела для сохранения правильной осанки. Развивать умение принимать и.п. в соответствии с изображением на рисунке.		В п/и «Пожарные на учении» упражнять в быстром лазании, используя перекрёстную координацию. Упражнять в прыжках через скакалку.	Физкультурный досуг.	
---------	---	--	---	----------------------	--

Апрель: 2 неделя

Тема: Приведём в порядок планету (космос)

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Игра на ориентировку в пространстве «Найди клад» по ранее составленному плану.	Конспект №51	В п/и «Космонавты» развивать быстроту реакции. «Чья команда самая меткая» - метание в обруч. Упражнять в правильном и.п.	Игры детей с большим мячом в парах и индивидуально: чей мяч прокатится по дорожке, кто дальше прокатит мяч.	
Вторник	Упражнение на внимание и составление ряда по условиям. Детям предлагаются карточки с цв. изображением планет. Выслушав задание воспитателя разложить планеты по порядку Земля, Венера, Марс, Плутон, Сатурн, Юпитер, Меркурий.		П/и «Земляне и инопланетяне», как игра «День ночь». Приучать детей выполнять правила игры. Упражнять детей в пробегании под вращающийся, большой скакалкой.	Игра «Поменяй предмет» - комету на звезду. Упражнять в ловкости.	
Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.	Конспект №52	П/и «Земляне и инопланетяне», упражнять в быстром беге. Упражнять детей в пробегании под вращающийся большой скакалкой.	Прыжки через песчаный вал (кратеры), высотой 30см. упражнять в энергичном отталкивании, используя толчок вверх – вперёд.	

Четверг	Упражнение на внимание и составление ряда по условиям.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Упражнять детей в умении лазать по трубе, выполняя поворот на высоте.	
Пятница	Игра на ориентировку в пространстве «Найди клад» с преодолением препятствий: ходьба с закрытыми глазами по шнуру, перепрыгивание, сбивание.		В п/и «Космонавты» развивать быстроту реакции. Упражнять детей в сбивании городков битой прямой рукой сбоку.	Самостоятельные действия детей с предметами.	

Апрель: 3 неделя

Тема: Город мастеров.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник	Профилактика плоскостопия и нарушения осанки. Ходьба с закрытыми глазами по шнуру, с мешочком на голове.		Русская народная игра «Заря» - развивать быстроту реакции. Предложить детям отбивать большой мяч о стенку и ловить его после отскока.	Познакомить детей с правилами игры «Классики». Предложить при помощи палки разметить и начертить 2 ряда «классиков». Договориться с детьми о порядке выполнения прыжков в соответствии с цифровым обозначением.	Беседа о развитии у детей физических качеств, как быстрота и ловкость.
Вторник	Ходьба с закрытыми глазами (на пути ребёнка поставить препятствие в виде набивного мяча). Упражнять детей в преодолении запланированного игрового препятствия.	Конспект №53	В п/и «Горелки» закрепить правила игры. «Школа мяча», отбивание мяча о стену и ловля его после отскока.		

Среда	Пальчиковая гимнастика «Подарки с ярмарки». Гимнастика для глаз.	Конспект №54	Прогулка за пределы участка д/с		
Четверг	Организовать игру «Освободи царевну» (сбивание кеглей в определённой последовательности): сначала сбить крайние кегли-открыть ворота; ближние – убрать стражу, а затем освободить царевну. Развивать преднамеренность действий в выполнении бросков.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	«Классики» по схеме:	
Пятница			Подвижные игры по желания детей	«Классики» по схеме:	

Апрель: 4 неделя

Тема: Широка страна моя родная.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельник	Упражнение на координацию речи с движением «Моя Россия».	Конспект №55	В р.н.и. «Мышеловка» упражнять детей в умении быстро выполнять подлезание, а также увёртывание от кота. «Школа мяча» отбивание мяча о стену через ногу.	Упражнять детей в ведении мяча и забрасывании его в баскетбольное кольцо.	Беседа о развитии у детей координации движений
Вторник	Соревнование «Кто быстрее соберёт пирамидку». Развивать ловкость и внимание.		Чувашская народная игра «Пула» развивать ловкость, увёртливость при беге от акулы. Мальчики – ведут ногой мяч между предметами. Девочки – прыгают с резинкой: ноги врозь, вместе.	В п/и «Мяч водящему» упражнять детей в точном бросании и ловле мяча. Игра «Бирюльки» развивать кисти рук, точность движений	
Среда	Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз.	Конспект №56	Татарская народная игра «Тимербай» развивать умение показывать движения. «Школа мяча» отбивание мяча о стену через ногу.	В п/и «Пожарные на учениях» упражнять в лазании по гимнастической лестнице чередующим шагом.	
Четверг	Упражнять детей в умении подбрасывать мяч повыше и ловить после хлопка. Выполнять подбрасывание мяча перед собой, отбивание его о стену.		Физкультурное занятие на свежем воздухе.	Прокатывание обручей в парах, приучать задавать точное направление при прокатывании.	
Пятница			Мордовская народная игра «Круговой (Мячень кунсема)» развивать меткость при выбивании детей из круга . Упражнять детей в метании мешочков вдаль. Развивать энергичный замах.	Прыжки в длину с разбега. Упражнять детей в умении отталкиваться одной ногой, приземляться на две.	

Февраль: 3 неделя.

Тема: Защитники Отечества.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьей
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни		Конспект №35			
Вторник					
Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №36			
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.		

Пятница					
---------	--	--	--	--	--

Февраль: 4 неделя

Тема: Миром правит красота (одежда, обувь, головные уборы).

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьей
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник		Конспект №37			
Вторник					
Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №38			

Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.		
Пятница					

Март: 1 неделя

Тема: У мамы руки золотые.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник		Конспект №39			
Вторник					

Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №40			
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.		
Пятница					

Март: 2 неделя

Тема: Подводный мир.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьей
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник		Конспект №41			

Вторник					
Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №42			
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.		
Пятница					

Март: 3 неделя

Тема: В окно повеяло весной.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьей
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	

Понедельни		Конспект №43			
Вторник					
Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №44			
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.		
Пятница					

Март: 4 неделя

Тема: От кареты до ракеты (транспорт).

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни		Конспект №45			
Вторник					
Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №46			
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.		

Пятница					
---------	--	--	--	--	--

Март: 5 неделя

Тема: Моя любимая игрушка.

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник		Конспект №47			
Вторник					
Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №48			

Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.		
Пятница					

Апрель: 1 неделя

Тема:

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьёй
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельник		Конспект №49			
Вторник					

Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №50			
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.		
Пятница					

Март: 1 неделя

Тема:

Совместная деятельность с детьми подготовительной группы					Взаимодействие с семьей
	Утро	Логика НОД	Прогулка	2-я половина дня	
Понедельни		Конспект №37			

Вторник					
Среда	Пальчиковая гимнастика.	Конспект №38			
Четверг	Гимнастика для глаз.		Физкультурное занятие на воздухе.		
Пятница					

РАСПИСАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ
на 2016-2017 учебный год

	<i>Дельфинята</i>	<i>Солнышко</i>	<i>Кораблики</i>	<i>Рябинка</i>	<i>Радуга</i>	<i>Звёздочки</i>	<i>Клубничка</i>	<i>Улыбка</i>
Дни недели	II младшая «А»	II младшая «Б»	Средняя «А»	Средняя «Б»	Старшая «А»	Старшая «Б»	Подготов ительная «А»	Подготов ительная «Б»
2) ПОНЕДЕЛЬНИК	9.00 – 9.15					9.35 – 10.00	10.10-10.40	
ВТОРНИК		9.00 – 9.15		9.30 – 9.50	10.00 - 10.25			10.35-11.05
СРЕДА			9.30 – 9.50			10.00 -10.25	10.35-11.05	
ЧЕТВЕРГ	9.00 – 9.15			9.30 – 9.50				10.00-10.35
ПЯТНИЦА		9.00 – 9.15	9.30 – 9.50		10.00-10.25			