

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 «Теремок» комбинированного вида города Искитима Новосибирской области

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБДОУ детский сад № 4 «Теремок»
Протокол от « 05 » сентября 2018 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
заведующий МБДОУ
детский сад № 4 «Теремок»
Т.Ф. Батан
приказ от « 05 » сентября 2018 г. № 9-у



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре

возраст воспитанников - 2-7 лет
срок реализации Рабочей программы - 2018 – 2019 учебный год

Составители:
Инструктор по физической культуре
Николаева Л.М.

Искитим 2018г.

Содержание:

1. Пояснительная записка.....
2. Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательной области «Физическая культура».....
3. Основные требования по освоению детьми образовательной области «Физическая культура (на основе интеграции образовательных областей, с учетом ФГОС).....
4. Тематический план развития психофизических качеств воспитанников 3 – 7 лет.....
5. Коррекционная работа с воспитанниками с ОВЗ.....
6. Диагностика психофизических качеств воспитанников 3-7 лет.....
7. Список средств обучения.....
8. Информационные ресурсы.....

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Современная социально-экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последние годы отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Согласно исследованиям специалистов, 60% болезней взрослых заложены в детстве. Если 25 лет назад рождалось 20—25% ослабленных детей, то сейчас число физиологически незрелых новорожденных утроилось. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз.

Причем ослабление здоровья подрастающего поколения может в геометрической прогрессии угрожать здоровью последующих поколений, так как у больных родителей будут постоянно рождаться больные дети.

Сравнительный анализ выявил неблагоприятную тенденцию показателей здоровья детей за последние 10 лет. Количество детей-дошкольников с хронической патологией увеличилось в два раза (с 11,8 до 21,3—26,9%), а детей, не имеющих отклонений в состоянии здоровья, снизилось до 56% (данные НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НЦЭД РАМН). В настоящее время 50% детей дошкольного возраста имеют функциональные отклонения, ведущими среди которых являются нарушения опорно-двигательного аппарата, сердечно - сосудистой системы, органов пищеварения, аллергические проявления. Каждый третий ребенок имеет сниженную остроту зрения. Только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми.

Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов: Законами РФ: «Об образовании», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения РФ», Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», «Конвенцией о правах ребенка» и т.д. Наши возможности коренным образом повлиять на сложившуюся ситуацию и социальное положение родителей – минимальны. Реально оказать влияние на здоровье в условиях ДОУ можно лишь через создание условий для сохранения, укрепления и развития здоровья детей, а также пропагандируя и внедряя здоровый образ жизни среди родителей воспитанников (см. Приложение № 1).

Комплексный подход в воспитании здорового ребенка – дошкольника, включающий различные компоненты его физического, психического и социально-нравственного здоровья – в совокупности объединен в понятие «полноценное здоровье».

Проблема здоровья часто длительно болеющих детей и детей с ослабленным здоровьем выдвигает на первый план индивидуализацию воспитательно-образовательного процесса, понимаемую как организацию адаптации личности в процессе развития, воспитания и оздоровления. В силу сложности и многогранности проблемы ее необходимо рассматривать по принципу комплексности, как медицинскую, психологическую, социальную, педагогическую, и системности.

В центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во-вторых, образовательное учреждение, т.е. вторая семья, где ребенок проводит большую часть своего активного времени.

Поэтому необходим поиск новых подходов к оздоровлению, приобщению детей к физической культуре, формированию психофизических качеств, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка (см. Приложение № 2), учете и использовании особенностей его организма, направленных физкультурно-оздоровительных мероприятий, формирование комплексной системы физкультурно-оздоровительной работы (см. Приложение № 3). **Нормативно-правовой базой** для разработки программы по физическому развитию и укреплению здоровья детей МБДОУ детский сад № 4 «Теремок» являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании» (с изменениями и дополнениями).
- «Программы воспитания и обучения в детском саду» под редакцией Васильевой М.В.
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 4 «Теремок» комбинированного вида города Искитима Новосибирской области.

Содержание образовательного процесса по физическому развитию построено на основе реализации:

Программы воспитания и обучения в детском саду под редакцией М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой.

Для обновления содержания физкультурно-оздоровительной работы используются различные парциальные программы и технологии, расширяющие и углубляющие знания, умения, навыки в этой области: «Физическая культура для малышей» С.Я.Лайзане, «Быть здоровыми хотим» М.Ю.Картушина, В.Т. Кудрявцева, Б.Б. Егорова «Развивающая педагогика оздоровления».

Сопутствующие формы обучения – пешие походы, оздоровительный бег, ходьба.

Национально-региональный компонент представляется как часть занятия в форме русских народных подвижных игр, игр народов Сибири.

Межпредметная связь осуществляется на интегрированных занятиях, в следующих образовательных областях: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие)

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования двигательной сферы и создания психолого-педагогических условий развития и укрепления здоровья детей на основе их творческой активности (см. Приложение № 5) и включает в себя решение ряда специфических задач:

- Развитие психо-физических качеств воспитанников
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей
- Сохранение и укрепление физического и психоэмоционального здоровья детей
- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни
- Формирование у дошкольников двигательного воображения и осмысленной моторики.

В программе также выделены оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание у него бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов, физического перенапряжения и утомления (см. Приложение № 4); совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной активности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно – волевых качеств.

Программа предусматривает накопление и расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение основным движениям (см. Приложение № 6) и двигательным действиям: правильной ходьбе, бегу, умению прыгать с места, разным видам метания, лазанья, различным движениям с мячами.

Важными задачами программы является воспитание физических качеств, развитие координации, равновесия, умения ориентироваться в пространстве, общей и силовой выносливости. В физическом воспитании большое место отводится физическим упражнениям, которые проводятся в игровой и имитационной форме.

Занятия физической культурой в дошкольном возрасте призваны удовлетворить биологическую потребность растущего организма в двигательной деятельности, давать ребенку возможность ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

Реализация поставленных задач основывается на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

1. Принцип научности предполагает подкрепление всех физкультурно-оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
2. Принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ. (см. Приложение № 7)
3. Принцип концентричного обучения заключается в повторяемости тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.
4. Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.

5. Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
6. Принцип повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
7. Принцип индивидуально – личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.
8. Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
9. Принцип успешности заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.
10. Принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.
11. Принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
12. Принцип креативности личности ребенка заключается в творческом развитии личности детей в процессе эмоционально – двигательного тренинга.
13. Принцип взаимодействия ДООУ и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.
14. Принцип результативности предполагает получение положительного результата физкультурно-оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Работа по физическому воспитанию и развитию дошкольников опирается на показатели (исходные и в динамике) группы здоровья, уровня психофизической подготовленности, а также на данные, полученные в результате анализа индивидуальных психолого-педагогических особенностей детей, а также при учете и анализе антропометрических и физиометрических данных, показателей физической подготовленности и работоспособности. Кроме того - состояние опорно-двигательного аппарата. Антропометрическое обследование — измерение роста, масса тела, окружности грудной клетки — производится общепринятыми способами. О благоприятной реакции на дозированную физическую нагрузку свидетельствует отсутствие одышки, вялости, утомления, головокружения. (см. Приложение № 8)

Тестирование двигательной подготовленности воспитанников проводится на учетно-контрольных занятиях, в начале года (сентябрь) и в конце учебного года (май). Основано на диагностических материалах Н.А. Ноткиной, Л.И. Казьминой «Оценка физического и нервнопсихического развития детей раннего и дошкольного возраста», а также с учетом общепринятых критериев и методов оценки психофизических возможностей детей. Участие в обследовании принимают старший воспитатель, физ. инструктор, воспитатели ДООУ и старшая мед. сестра. Сопоставляя результаты, педагог имеет возможность скорректировать физкультурно-оздоровительную работу.

Таким образом, вся работа по физическому воспитанию детей строиться с учетом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Формами организации физкультурно-оздоровительной работы этой программы являются:
- ННОД (непрерывная непосредственно образовательная деятельность) по физическому развитию (традиционного характера, нестандартного типа, тренировочного типа, по мотивам литературных произведений, с включением корригирующих упражнений и упражнений на развитие конкретных групп мышц, дыхательных упражнений, саморегуляции, пальчиковой и артикуляционной гимнастики и т.д.)

- самостоятельная деятельность детей,
- подвижные игры, в том числе русские народные, игры народов мира,
- спортивные игры,
- игры-забавы, игры-соревнования (одиночные и групповые)
- утренняя гимнастика,
- дыхательная гимнастика,
- двигательно-оздоровительные физкультминутки,
- физические упражнения после дневного сна («Гимнастика пробуждения»),
- физические упражнения в сочетании с закалывающими процедурами,
- физкультурные прогулки,
- физкультурные досуги,
- спортивные праздники,
- дни здоровья,
- занятия с включением элементов легкой атлетики: оздоровительный бег, ходьба,
- индивидуальная работа по освоению движений,
- включение в работу логоритмических упражнений, двигательных миниатюр, игропластики.

Безусловно, особое значение в воспитании здорового ребенка придается развитию движений и физической культуры детей в ННОД.

С детьми 2 младшей группы проводится 3 ННОД в неделю в течение 15 мин – 1 на улице; детьми средних групп - 3 занятия в неделю по 20 мин – 1 – на улице, с детьми старшей группы — 3 занятия в неделю по 25 мин. – 1 – на улице, с детьми подготовительной группы проводится 3 занятия, продолжительностью 30 мин. – 1 на улице.

В каждом возрастном периоде ННОД по физическому воспитанию имеет разную направленность: — детям младшего она должна доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приемам элементарной страховки; — в среднем возрасте — развить физические качества, прежде всего выносливость и силу; — в старших группах — сформировать потребность в движении, развить двигательные способности и самостоятельность, инициативность, научить приемам саморегуляции и самоконтроля и т.д.

Формы обучения детей различны. Разучивание новых сложных движений, требующих страховки, проводится индивидуально, во фронтальных занятиях включаются только те движения и упражнения, которые освоили все дети.

В основе знаний, которые дети получают в ННОД, лежат представления об организме человека и его отдельных органах, их функционировании, о влиянии физических упражнений на рост и развитие человека. В основы знаний также входят вопросы здорового образа жизни и его влияния на состояние здоровья, начальные знания в области медицины и гигиены. Благодаря этому дети смогут (см. Приложение № 9): — знать основы здорового образа жизни; — сознательно относиться к собственному здоровью и использовать доступные способы его укрепления; — получить представления о действии некоторых профилактических процедур; — активно участвовать в разных видах занятий по физической культуре, самостоятельно организовывать игры, подчиняя свои желания общим требованиям и правилам; — самостоятельно выполнять гигиенические процедуры, владеть навыками самообслуживания; — осуществлять контроль за своим самочувствием и т.д.

Кроме ННОД задачи по физическому воспитанию реализуются в следующих формах работы с воспитанниками:

В режимных моментах

- Интегрированная детская деятельность.
- Игры на прогулке.
- Игры на асфальте (на прогулке).
- Подвижные игры.
- Игровые упражнения (в прием детей, утренняя гимнастика, на прогулке).
- Проблемная ситуация.

- Беседа.
- Напоминание.
- Похвала, поощрение.

В совместной деятельности с педагогом

- Игровая беседа с элементами движений.
- Чтение.
- Утренняя гимнастика.
- ННОД: игрового, тематического характера
- Индивидуальная работа по закреплению у детей ОВД.
- Подвижные игры, СРИ
- Физкультурные упражнения: «Школа мяча».
- Гимнастика пробуждения.
- Самомассаж.
- Дыхательные, звуковые, имитационные упражнения.
- Приемы ТРИЗ
- Слушание музыкальных произведений.
- Рисование.
- Психогимнастика.
- Гимнастика пробуждения.
- Динамический час.

В самостоятельной деятельности детей

- ДА в течение дня
- Подвижные игры
- СРИ (сюжетно-ролевые игры)
- Дидактические игры.
- Проблемная ситуация.
- Рассматривание папок с дидактическим материалом.
- Рисование.

Утренняя гимнастика является одним из важнейших компонентов развития психофизических, волевых качеств, двигательной одаренности воспитанников, ее организация должна быть направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей. Утренняя гимнастика постепенно вовлекает весь организм ребенка в деятельное состояние, углубляет дыхание, усиливает кровообращение, способствует обмену веществ. Утреннюю гимнастику, проводят все воспитатели ежедневно до завтрака от 7 до 12 мин., с соблюдением всех необходимых методических рекомендаций (см. Приложение № 10).

Виды утренней гимнастики:

ТРАДИЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Традиционная гимнастика - это непродолжительная ходьба разного вида, переходящая в бег 1,5 - 2 минуты.

- разные построения, перестроения на ходу, на месте;
- общеразвивающие упражнения (5-8 упр.);
- подскоки, прыжки на месте.

Ходьба с дыхательными упражнениями

Во время утренней гимнастики используется музыкальное сопровождение - это создает эмоциональный настрой. Упражнения проводятся из разных исходных положений - стоя на коленях, сидя, лежа на спине и животе. Широко применяются общеразвивающие упражнения, с пособиями (мячи, гантели, гимнастические палки, скакалки, обручи и.т. д)

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА ИГРОВОГО ХАРАКТЕРА

В нее могут быть включены 2 - 3 подвижные игры разной степени интенсивности (парный бег, удочка, сделай фигуру) или 5-7 общеразвивающих упражнений имитационного характера (снежинки кружатся, птички крылышками машут), нередко из имитационных движений создается сюжет.

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ.

Использование полосы препятствий позволяет предлагать детям упражнения с постепенным увеличением нагрузки, усложнять двигательные задания, включать разные виды движений с увеличением числа поворотов и темпа движений чередовать физкультурные пособия. Можно создать разные полосы препятствий с использованием разнообразных модулей.

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА С ВКЛЮЧЕНИЕМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРОБЕЖЕК.

Этот тип гимнастики проводится обязательно на воздухе во время приема детей (небольшими подгруппами 5-7 человек). В начале детям предлагается короткая разминка, состоящая из 3-4 общеразвивающих упражнений. Затем делается пробежка со средней скоростью на расстояние 100-200м. (один два раза в чередовании с ходьбой) в зависимости от индивидуальных возможностей детей и времени года. В конце предлагаются дыхательные упражнения.

РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА

Это комплекс общеразвивающих упражнений с использованием танцевальных движений под музыку.

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА, ОРГАНИЗОВАННАЯ САМИМИ ВОСПИТАННИКАМИ

Этот тип гимнастики проводится, как правило в конце каждого месяца, когда у детей накоплен некоторый двигательный опыт, позволяющий импровизировать, придумывать новые упражнения из разных исходных положений.

Особое значение уделяется вопросам роли семьи в физкультурно-оздоровительной деятельности ДООУ, так как основы здоровья закладываются в семье. Без помощи со стороны семьи физкультурно-оздоровительная работа, организуемая в образовательном учреждении, не может быть успешной. Проблема состоит в нахождении побудительных стимулов, заставляющих родителей по-иному взглянуть на здоровье и физическое развитие своих детей.

Для решения этой проблемы родителям дается полное представление о динамике физического развития и состоянии здоровья каждого конкретного ребенка.

Совместная работа с семьей по данному вопросу строится на следующих основных положениях:

1. Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только педагогам, но и родителям когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
2. Систематичность и последовательность работы в течение всего года и всего периода пребывания ребенка в учреждении.
3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей, конституционного типа.

4. Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей.

В соответствии с этим система работы с семьей должна предусматривать ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка него психомоторного развития с индивидуальным планом его оздоровления;

— целенаправленную санпросветработу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного, сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима и т.д.;

— ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении и в семье, Обучение основным методам профилактики детской заболеваемости (разнообразным приемам закаливания, массажа, дыхательной гимнастики, самомассажа и обучение родителей разнообразным техникам общения с детьми).

Формы работы с родителями разнообразны:

- Физкультурные досуги,
- Консультации,
- Индивидуальные беседы,
- Тематические занятия,
- Информационные листки в родительских уголках,
- Анкетирование родителей,
- Круглые столы,
- Родительские собрания,
- Дни открытых дверей,

- Открытые просмотры ННОД,
- Сигнальные листки,
- Игры на дом,
- Экскурсии,
- Папки – передвижки.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

II младшая группа (с 3 до 4 лет)

Задачи:

- Развитие умения ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно.
- Формирование умения строиться в колонну по одному, парами, шеренгу, круг, находить свое место при построениях, сохранять правильную осанку в различных исходных положениях, при выполнении упражнений на равновесие.
- Развитие умения ориентироваться в играх с правилами и сменой видов движений.
- Развитие умения энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед, принимая правильное исходное положение.
- Обучение хвату за перекладину во время лазания по гимнастической стенке.
- Развитие навыков лазания, ползания, ловкость; красоту и выразительность движений.
- Закрепление умения энергично отталкивать мяч при прокатывании, бросании, ловить мяч одновременно двумя руками.
- Воспитание интереса к физическим упражнениям, умения пользоваться оборудованием в свободное время.
- Формирование у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.
- Развитие умения реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.
- Развитие творчества и самостоятельности при выполнении физических упражнений и в подвижных играх.
- Формирование умения сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.
- Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью и здоровью других людей.

Перечень основных движений и упражнений:

Построения: свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг. Перестроение: из колонны в 2 — 3 звена по ориентирам. Повороты, переступая на месте. Исходные положения: стоя, ноги слегка расставив, сидя, лежа, стоя на коленях.

Положения и движения головы: вверх, вниз, повороты направо, налево (3 — 4 раза).

Положения и движения рук (одновременные, однонаправленные): вперед — назад, вверх, в стороны; махи (вперед — назад, перед собой, над головой), сжатие — разжатие пальцев (5 — 6 раз). Положения и движения туловища: наклоны (вперед, влево, вправо), повороты (влево, вправо) — 3 — 4 раза.

Положения и движения ног: приседания, подскоки на месте (20 — 25 раз каждое).

Ходьба и упражнения в равновесии: ходьба обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра («стайкой»), в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске (длина 2 — 3 м, ширина 20 см); то же с перешагиванием предметов (ширина 10 — 15 см), рейки лестницы; ходьба по наклонной доске (ширина 30 — 35 см, приподнята на 20 см).

Бег: «стайкой», врассыпную, в колонне по одному, парами, по прямой и «змейкой», с остановками, между предметами, с ускорением и замедлением (с изменением темпа); бег на скорость (15 — 20 м), в медленном темпе.

Прыжки: на месте, с продвижением вперед (2 — 3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов и между ними; прыжки в глубину (20 — 25 см); прыжки в длину с места (до 50 см); прыжки в высоту с места: через линию, шнур, предмет (высота 5 см), через линии (4 — 6) поочередно.

Катание, бросание, ловля: катание мяча двумя руками друг другу (расстояние 1,5 м), под дуги (ширина 50 — 60 см), между предметами; ловля мяча, брошенного взрослым (расстояние 70-100 см); бросание мяча вверх, отбивание мяча об пол 2— 3 раза подряд; метание предметов на дальность (не менее 2,5 м), в вертикальную цель (расстояние 1 — 1,5 м), в горизонтальную цель (расстояние 1,5 — 2 м).

Ползание и задание: ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3 — 6 м), «змейкой» между предметами (4 — 5 предметов), по наклонной доске; подлезание под скамейку (прямо и боком), под дуги (высота 40 см); перелезание через бревно; лазание по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Ходьба, бег под музыку в заданном темпе, выполнение упражнений с предметами (лентами, флажками, платочками, султанчиками) в соответствии с характером музыки.

Средняя группа (с 4 до 5 лет)

Задачи:

- Формирование правильной осанки.
- Развитие умения ходить и бегать, согласовывая движения руки ног. Развитие умения бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
- Формирование умения выполнять действие по сигналу.
- Развитие физических качеств: гибкость, ловкость, быстроту, силовую выносливость.
- Закрепление умения энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.
- Формирование умения прыгать через короткую скакалку.
- Развитие и совершенствование двигательных умений и навыков детей, развитие активности в играх с мячами, скакалками, обручами.
- Формирование способности к созданию и передаче через движение эстетических образов.
- Развитие способности к двигательной импровизации, умения координировать свои действия при совместном решении творческих задач.
- Воспитание двигательной находчивости, организованности, самостоятельности.
- Формирование умения оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым.
- Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма.
- Создание условий для осмысления движений как предпосылки формирования произвольной моторики.

Перечень основных движений и упражнений:

Построение в колонну по одному по росту.

Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего.

Перестроение в звенья на ходу. Повороты направо, налево и крутом на месте, переступанием.

Исходные положения: стоя, стоя на левом, правом колене, сидя (ноги вперед, врозь, на пятках), лежа (на спине, на животе).

Положения и движения головы: вверх, вниз, повороты в сторону (4 — 5 раз), наклоны.

Положения и движения рук: однонаправленные и поочередные вверх-вниз, смена рук; махи рук (вперед-назад, перед собой), вращения (одновременные двумя руками вперед-назад); сжимание и разжимание пальцев, вращение кистей рук (7-8 раз).

Положения и движения туловища: повороты, наклоны (вправо, влево, вперед), 4 — 5 раз.

Положения и движения ног: приседания (до 20), подскоки на месте (30х3=90).

Упражнения с отягощающими предметами: мешочек с песком (100 г), набивной мяч (0,5 кг).

Ходьба и равновесие: ходьба обычная, на носках, на пятках, на внешних сторонах стопы, в полуприседе, с поворотами, с заданиями (руки на поясе, к плечам, в стороны, за спину и т.д.); ходьба с перешагиванием через предметы (высота 15 — 20 см), по наклонной доске (высота 30

см, ширина 25 см), с предметами в руках, на голове, без предметов (высота 35 — 40 см, ширина 30 см);

ходьба спиной вперед (2 — 3 м), «змейкой», со сменой темпа; ходьба приставным шагом, по шнуру и бревну (высота 20 — 25 см, ширина 10 см), с мешочком на голове.

Бег: в колонне по одному и парами, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и сменой темпа, между линиями (расстояние 30 — 90 см), с высоким подниманием бедра; бег со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); бег на скорость (15 — 20 м, 2 — 3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40 — 60 м (3 — 4 раза); челночный бег (5х3=15).

Прыжки: на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед (3 — 4 м), вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину, (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы (2 — 3) высотой 5 — 10 см; прыжки в длину с места (50 — 70 см); прыжки вверх с места, высота 15 — 20 см.

Бросание и ловля, метание: катание мяча, обруча между предметами (расстояние 40 — 50 см); прокалывание мяча из разных исходных позиций одной и двумя руками; бросание мяча вверх и ловля (3 — 4 раза подряд), отбивание мяча одной и двумя руками (4 — 5 раз); бросание мяча друг другу двумя руками снизу, из-за головы (расстояние 2 м) и ловля его (расстояние 1,5 м); метание предмета на дальность (расстояние 5 — 6,5 м), в горизонтальную цель (расстояние 2 — 2,5 м), в вертикальную цель (расстояние 1,5 — 2 м).

Ползание и лазание: ползание на четвереньках (расстояние 10 м) между предметами, прокатывая мяч, с поворотами кругом; ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках; подрезание под препятствия прямо и боком; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; лазание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке (высота 2 м); перелезание с одного пролета на другой вправо, влево, не пропуская реек, чередующимся шагом.

Игры с бегом, прыжками, ползанием и лазанием, бросанием и ловлей, на ориентировку в пространстве и внимание.

Катание на санках, лыжах подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга; скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельно; передвижение на лыжах скользящим шагом, повороты на месте и переступания, подъемы на горку «полуелочкой» и боком; ходьба на лыжах без времени (0,5-1 км); игры на лыжах («Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца»).

Старшая группа (с 5 до 6 лет)

Задачи:

- Совершенствование физических качеств в разнообразных формах двигательной деятельности.
- Совершенствование умения прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать через длинную скакалку, сохраняя устойчивое равновесие.
- Закрепление умения сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- Закрепление умения ходить на лыжах скользящим шагом.
- Ознакомление со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнований, играми-эстафетами.
- Закрепление умения перестраиваться на месте во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге, выполнять упражнения ритмично в заданном темпе.
- Формирование у детей сохранения статического и динамического равновесия, развитие координации движений и ориентировки в пространстве.
- Формирование умения самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, их варианты.
- Развитие интереса к физической культуре, к спортивным играм и упражнениям.
- Воспитание осмысленного ценностного отношения к движению как способу существования живого.
- Расширять представления о здоровом образе жизни, безопасном поведении.

- Продолжать знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.
- Формирование способности к созданию и передаче через движение эстетических образов.
- Развитие способности к двигательной импровизации.

Перечень основных движений и упражнений:

Самостоятельные перестроения. Из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах.

Исходное положение. Стоя (пятки вместе, носки врозь), сидя, лежа на животе и спине.

Положения и движения головы: вверх, вниз, повороты в стороны, наклоны (4 — 5 раз), вращения.

Положения и движения рук. Одновременные и попеременные; однонаправленные и разнонаправленные — вверх (вниз), в стороны; махи и вращения (одновременно двумя руками и поочередно вперед — назад); подъем рук вперед — вверх со сцепленными в замок пальцами (кисти внутрь тыльной стороной); сжимание, разжимание, вращение кистей рук (8 — 10 раз).

Положения и движения туловища. Повороты, наклоны вперед, назад, в стороны, вращения.

Положения и движения ног. Приседания (до 40 раз), махи вперед — назад, держась за опору; выпады вперед, в стороны с движениями рук вперед, в стороны, вверх; подскоки на месте (40х3=120). Упражнения с отягощающими предметами — мешочки, гантели (150 г), набивные мячи (1 кг).

Ходьбы и упражнения в равновесии. Ходьба в полуприседе, с перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке («петушиный шаг»), с заданиями (с хлопками, различными положениями рук), с закрытыми глазами (3 — 4 м). Ходьба через предметы (высотой 20 — 25 см), по наклонной доске (высотой 35-40 см; шириной 20 см). Ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами, различными движениями рук, остановками. Ходьба по шнуру (8 — 10 м), бревну (высотой 25 — 30 см, шириной 10 см), с мешочком на голове (500 г), по пенькам, спиной вперед (3 — 4 м). Поочередное выбрасывание ног вперед в прыжках; приставной шаг с приседанием, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении, полуприседание с выставлением ноги на пятку.

Бег. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе.

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

Бросание, ловля и метание. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 40 — 30 см, длина 3 — 4 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4 — 6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5 — 6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбиванием о землю).

Метание в горизонтальную и вертикальную цель (на высоту 2,2 м) с расстояния 3,5 — 4 м. Метание вдаль на 5 — 9 м.

Ползание и лазание. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40 — 50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.

Подготовительная к школе группа (с 6 до 7 лет)

Задачи:

- Совершенствование физических качеств в разнообразных формах двигательной деятельности.
- Совершенствование умения прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать через длинную скакалку, сохраняя устойчивое равновесие.
- Закрепление умения сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- Закрепление умения ходить на лыжах скользящим шагом.
- Ознакомление со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнований, играми-эстафетами.
- Закрепление умения перестраиваться на месте во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге, выполнять упражнения ритмично в заданном темпе.
- Формирование у детей сохранения статического и динамического равновесия, развитие координации движений и ориентировки в пространстве.
- Формирование умения самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, их варианты.
- Развитие интереса к физической культуре, к спортивным играм и упражнениям.
- Воспитание осмысленного ценностного отношения к движению как способу существования живого.
- Расширять представления о здоровом образе жизни, безопасном поведении.
- Продолжать знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.
- Формирование способности к созданию и передаче через движение эстетических образов.
- Развитие способности к двигательной режиссуре.
- Воспитание осмысленного, ценностного отношения к движению как способу существования живого.

Перечень основных движений и упражнений:

Упражнения в ходьбе. Ходить в разных построениях (колонне по одному, парами, четверками, в круге, в шеренге); ходить, совершая различные движения руками. Ходить обычным, гимнастическим, скрестным шагом; ходить выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами.

Упражнения в беге. Бегать легко, стремительно. Бегать, сильно сгибая ноги в коленях, спиной вперед; выбрасывая прямые ноги вперед; бегать через препятствия — барьеры, набивные мячи (высотой 10 — 15 см), не задевая за них, сохраняя скорость бега. Бегать спиной вперед, сохраняя направление и равновесие. Бегать со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну. Бегать из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т.п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием и др.; с преодолением препятствий в естественных условиях.

Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2 — 3 минуты. Пробегать 2 — 4 отрезка по 100 — 150 м в чередовании с ходьбой.

Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5x10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3 — 4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м.

Упражнения в прыжках. Подпрыгивать на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30 — 40 прыжков 3 — 4 раза.

Прыгать, продвигаясь вперед на 5 — 6 м; перепрыгивать линию, веревку боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; перепрыгивать через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг). Перепрыгивать на одной ноге линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивать вверх из глубокого приседа. Подпрыгивать на месте и с разбега с целью достать предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25 — 30 см. Запрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыгать в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 180 — 190 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыгать через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с

промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бегать со скакалкой. Прыгать через длинную скакалку: пробегать под вращающейся скакалкой, перепрыгивать через нее с места, вбегать под вращающуюся скакалку, перепрыгивать через нее один или несколько раз и выбегать; пробегать под вращающейся скакалкой парами. Прыгать через большой обруч, как через скакалку.

Упражнения в бросании, ловле, метании. Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками не менее 20, одной — не менее 10 раз подряд с хлопками, поворотами и другими заданиями; из одной руки в другую с отскоком от пола.

Перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3 — 4 м), из положения сидя «по-турецки», через сетку; перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг). Бросать в цель из разных исходных положений (стоя на коленях, сидя и др.).

Метать в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4 — 5 м; в движущуюся цель. Метать вдаль на расстояние не менее 6 — 12 м.

Упражнения в ползании, лазании. Ползать на четвереньках по гимнастической скамейке; на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползать под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Перелезть через гимнастическую стенку и спускаться с ее противоположной стороны. Переходить с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Влезть на лестницу и спускаться с нее быстро; менять темп лазания, сохранять координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движений рук и ног.

Упражнения в равновесии. Пройти по гимнастической скамейке: боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед, делая под ней хлопок. Идти по гимнастической скамейке, посередине остановиться и перешагнуть палку (обруч, веревку), которую держат в руках; присесть и повернуться кругом, встать и идти дальше. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Пройти по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком.

Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.

Упражнения в построении и перестроении. Самостоятельно, быстро и организованно строиться в колонну по одному, парами, в круг, в несколько колонн (звеньев), в шеренгу. Равняться в колонне, в шеренге, в круге. Перестраиваться из одной колонны в несколько на ходу; из одного круга в несколько. Делать повороты (направо и налево). Рассчитываться на «первый-второй-третий», после чего перестраиваться из одной шеренги в три. При построении в три колонны размыкаться и смыкаться приставными шагами. Делать повороты на углах во время движения. Останавливаться после ходьбы всем одновременно.

Положения и движения рук, ног, туловища. Упражнения для рук и плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, поднимаясь на носки в положении стоя, пятки вместе, носки врозь; отставляя одну ногу назад на носок; прижимаясь к стене. Поднимать руки вверх — в стороны из положения руки перед грудью, руки к плечам. Поднимать и опускать плечи. Энергично разгибать вперед и в стороны согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки): отводить локти назад два-три раза и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью. Делать круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Совершать руками разнонаправленные движения. Вращать обруч пальцами одной руки вокруг вертикальной оси (как юлу), на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку.

Упражнения для ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно. Приседать, держа руки за головой, сгибая к плечам. Сгибать ноги в стойке ноги врозь поочередно, одну ногу 2 — 3 раза подряд (пружинисто). Приседать в положении ноги врозь: переносить вес тела с одной ноги на другую (не подниматься). Делать выпад вперед, в сторону. Махом вперед доставать носком выпрямленной ноги ладони вытянутых вперед рук (одноименной и противоположной). Свободно размахивать ногой вперед и назад, держась рукой за рейку, лестницу, спинку стула. Захватить палку ступнями ног посередине и поворачивать ее на полу.

Упражнения для туловища. Опускать, поднимать голову, поворачивать ее в стороны. Поворачиваться в стороны, поднимая руки вверх — в стороны, из-за головы, из положения руки к плечам. Наклоняться вперед, подняв руки вверх, медленно, подряд 2 — 3 раза, держа руки в стороны. Стоя, вращать верхнюю часть туловища. В упоре сзади сидя поднять обе ноги, оттянуть носки, удерживать ноги в этом положении. Переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Садиться из положения лежа на спине, закрепив ноги, и снова ложиться; прогибаться, лежа на животе. Лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги, стараясь коснуться положенного за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую назад (носок опирается о пол), пытаться делать кувырок через голову, сгруппировавшись. Подтягиваться на руках, помогая ногами, на гимнастической скамейке, лежа на спине. Сгибать и разгибать руки, опираясь о стенку (держась за рейку гимнастической стенки) на уровне груди. Отрывать ноги от пола (или рейки гимнастической стенки), стоя спиной к гимнастической стенке и ухватившись за ее рейку руками как можно выше над головой; поочередно поднимать ноги, согнутые в колене; поочередно поднимать прямые ноги; на короткий момент оторвать от опоры сразу обе ноги.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ по освоению детьми образовательной области «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (на основе интеграции образовательных областей с учетом ФГТ)

ОТ 3 ДО 4 ЛЕТ

Становление мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании:

- Интерес к физическим упражнениям и совместным подвижным играм в группе и на улице (Социально-коммуникативное развитие);
- Потребность ежедневно выполнять утреннюю гимнастику.

Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений:

- Процесс освоения детьми разнообразных видов основных и общеразвивающих движений (ходьба, бег, простейшие перестроения, прыжки, метание, катание, бросание, ловля мяча, лазанье, ползание и т.п.) (Познавательное развитие);
- Сохранение правильной осанки в различных положениях (Социально-коммуникативное развитие);
- Потребность в правильном выполнении движений; умение оценивать их красоту и выразительность, двигательное творчество, получать удовольствие, радость от двигательной деятельности (Художественно-эстетическое развитие, Познавательное развитие);
- Культура использования спортивного оборудования, инвентаря; воспитание аккуратности, бережливости (Социально-коммуникативное развитие).

Развитие физических качеств.

- Ориентация в пространстве по указанию взрослого и самостоятельно; равновесие при выполнении разнообразных движений; координации, ловкости, быстроты, гибкости, силы и выносливости (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие).

Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям:

- Реакция на речевые сигналы («Беги!», «Стой!», «Лови!», «Бросай!», «Прыгай!» и т. п.) и правила выполнения упражнений и игр (Социально-коммуникативное развитие);
- Катание на санках, трёхколесном велосипеде, ходьба на лыжах (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие);
- Умение согласовывать действия со сверстниками, быть аккуратным в движениях и перемещениях, соблюдать двигательную безопасность (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие);
- Инициативность, активность, самостоятельность, произвольность в подвижных играх, в ходе совместной и индивидуальной двигательной деятельности детей (Социально-коммуникативное развитие).

ОТ 4 ДО 5 ЛЕТ

Становление мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании:

- Интерес и самостоятельность в двигательной деятельности, её различных формах; активизировать творчество детей (Социально-коммуникативное развитие, Художественно-эстетическое развитие);
- Самостоятельная активности детей с использованием физкультурного оборудования и инвентаря в подвижных играх в группе и на улице (Социально-коммуникативное развитие).

Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений:

- Двигательные умения и навыки; умения их самостоятельного применения и использования детьми (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие);
- Умения согласованно ходить, бегать, соблюдая красоту, лёгкость и грацию движений, демонстрируя пластичность и выразительность, свои двигательные возможности (Социально-коммуникативное развитие, Художественно-эстетическое развитие);
- Различные варианты ползания и лазанья, прыжков, метания и бросания предметов вдаль, ловли, техника выполнения движений (Социально-коммуникативное развитие);

Формирование правильной осанки (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие);

Опыт подвижных игр у детей; детская самостоятельность в них, инициативность (Социально-коммуникативное развитие).

Развитие физических качеств: ориентации в пространстве, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и т.п.

Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям:

- Кругозор детей в области спортивных игр; представления об их разнообразии и пользе (Социализация, Познание);
- Катание на двухколёсном велосипеде, ходьбе на лыжах (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие);
- Инициативность, активность, самостоятельность, произвольность во всех формах двигательной деятельности, умение сотрудничать и помогать друг другу в выполнении основных движений, спортивных упражнениях и подвижных играх (Социально-коммуникативное развитие);
- Стремление действовать по правилам, соблюдать их. (Социально-коммуникативное развитие).

ОТ 5 ДО 6 ЛЕТ

Становление мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании:

- Уровень осознанного выполнения движений детьми; потребность в самостоятельной двигательной активности, совместных движениях со сверстниками (Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие);
- Самостоятельность в организации подвижных игр, спортивных упражнений и игр на прогулке и в помещении, свободного использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие);
- Стремление детей помогать взрослому в подготовке физкультурной среды группы, спортивной площадки и зала к занятиям физической культурой (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие);
- Стремление организовывать игры-соревнования, игры-эстафеты и участвовать в них (Социально-коммуникативное развитие).

Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений:

- Совершенствование основных движений дошкольников, двигательные умения и навыки по линии изменения темпа, ритма их выполнения, чередования, ориентации в пространстве, координации выполнения движений, удержания равновесия (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие, Художественно-эстетическое развитие);
- Формирование правильной осанки (Социально-коммуникативное развитие);

- Потребность в красивом, грациозном и ритмичном выполнении упражнений, сочетая движения с музыкой, демонстрируя культуру освоения основных движений (Социально-коммуникативное развитие, Художественно-эстетическое развитие).

Развитие физических качеств:

- Совершенствование физические качества во всех видах двигательной активности (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие).

Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям:

- Интерес детей к различным видам спорта; обогащение представления о них, спортивных достижениях нашей страны, олимпийских победах (Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие);

- Умения в катании на санках, велосипеде и самокате, ходьбе на лыжах (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие);

- Спортивные игры (городки, бадминтон, элементы футбола, хоккея, баскетбола) (Физическое развитие, Социально-коммуникативное развитие);

- Инициативность, активность, самостоятельность, произвольность во всех формах двигательной деятельности;

- Сотрудничество, кооперация в совместной двигательной деятельности, умение помогать друг другу в выполнении основных движений, спортивных упражнениях и подвижных играх, поддерживать достижения сверстников, переживать за общие победы в соревнованиях и эстафетах (Социально-коммуникативное развитие);

- Стремление действовать по правилам, соблюдая их;

- Творчество в двигательной деятельности (Социально-коммуникативное развитие).

ОТ 6 ДО 7 ЛЕТ

Становление мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании:

- Потребность в ежедневной двигательной активности;

- Потребность в аккуратном обращении со спортивным инвентарём, физкультурным оборудованием, следить за его состоянием (Социально-коммуникативное развитие).

Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений:

- Культура движений, техника их выполнения;

- Качество навыков и качество движений;

- Совершенствование основные движения: соблюдение заданного темпа в беге и ходьбе, перестроениях, лазанье и ползание, бросание и ловля мяча, метание в цель, соотнесение движений друг с другом в более сложных упражнениях и играх, точное выполнение упражнения и движения в разном темпе и ритме с сохранением равновесия, координации и ориентации в пространстве (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие, Художественно-эстетическое развитие, Познавательное развитие);

- Техника выполнения основных движений, спортивных упражнений (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие, Познавательное развитие);

- Самостоятельно играть в разнообразные подвижные игры, организовывать игры-соревнования, оказывать детям помощь в комбинировании подвижных игр, придумывании вариантов новых, развивать творчество (Социально-коммуникативное развитие).

Развитие физических качеств:

- Самостоятельность детей в их развитии во всех видах двигательной деятельности (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие).

Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям:

- Интерес к спортивным играм и упражнениям, занятиям в спортивных секциях и группах (Физическое развитие, Познавательное развитие);

- Чувство гордости за спортивные достижения России, за победы на Олимпиадах (Социально-коммуникативное развитие);

- Обучение играм в городки, бадминтон, элементам баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса и др. (Социально-коммуникативное развитие, Физическое развитие, Познавательное развитие);
- Инициативность, активность, самостоятельность, произвольность, выдержка, настойчивость, смелость, организованность, самоконтроль, самооценка, уверенность в своих силах, двигательное творчество (Социально-коммуникативное развитие);
- Социально-нравственные проявления детей в двигательной деятельности (Социально-коммуникативное развитие).

3. КАЛЕНДАРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

по развитию психофизических качеств и двигательного воображения

Во II младшей группе

Месяц	Название недели	
Сентябрь	«До свидания, лето!»	П.\ игры: «Солнышко и дождик», «Солнечные зайчики», «Разноцветные бабочки» ОВД: - ходьба и бег между двумя линиями (по тропинке пойдем, грибок найдем) Игры м.\ подвижности: «Землянику ищем» Игры-аттракционы: «Возьми первым», «На поезде»
	«Овощи, фрукты»	П.\ игры: «На машине грузовой, везем мы урожай!», «Догони свое яблоко», «Достань до веточки» ОВД: - прыжки на двух ногах, руки на поясе (зайка, прыгай по дорожке, неси, зайка урожай!) - ходьба и бег по парам, взявшись за руки (дружно мы спешим на огород) Игры м.\ подвижности: «Один лишний», «Что выросло на грядке» Физкультминутки: «Во дворе растет подсолнух», Игры аттракционы: «Собери овощи», «Чья машина скорее довезет груз?»
	«Осень»	П.\ игры: «Желтые листочки и ветерок», «Вышли дети во садок», «Солнышко и дождик» ОВД: - прокатывание мячей друг другу (покатаем спелые яблоки) - прыжки на двух ногах (зайка рад морковке очень) Физкультминутки: «Желтая песенка», «Листопад» Игры аттракционы: «Чей листочек дальше улетит?», «Возьми скорей!»
	«Растения»	П.\ игры: «На паровозике в гости к бабушке Осени», «Воробышки, ко мне летите!», «Листики осенние» ОВД: - ползание на четвереньках по прямой (во дворе гуляет кот) - ходьба м\д предметами «змейкой» (по дорожке пойдем, земляничку найдем!) Игры на м.\ подвижности: «Один лишний» Физкультминутки: «Приплыли тучи дождевые», «Землянику ищем» Игры аттракционы: «Собери разноцветные листочки»,

		«Чья машина скорее довезет груз?», «Перепрыгни через лужицу»
Октябрь	«Одежда»	П.\ игры: «Погулять мы собираемся, потеплее одеваемся!», «По узенькой дорожке», «Ловишка с платочком» ОВД: - ходьба и бег м\д линиями (по узенькой дорожке шагают наши ножки) - прыжки на месте (погреемся) Игры м.\ подвижности: «Чей платочек?» Игры-аттракционы: «Неси, не урони!», «Найди, где спрятано»
	«Обувь, головные уборы»	П.\ игры: «Ловишка с платочком», «Вышли мышки как-то раз», «У медведя во бору» ОВД: - ползание по прямой на четвереньках, с мешочком на голове (наша кошка носит шляпку) Игры м.\ подвижности: «Найди и промолчи» Игры аттракционы: «Пронеси шапку, не урони», «Кто платочек подкинет выше?»
	«Мебель»	П.\ игры: «Кто играет с нами в прятки?», «Займи свой домик (стульчик)», «Колпачок» ОВД: - прокатывание мячей друг другу (Колобок со скамейки – прыг! и за порог), - ползание по прямой на четвереньках (живые стульчики) Физкультминутки «Рубим дрова», «Мы умеем» Игры аттракционы: «Возьми быстро», «Перемени предмет»
	«Семья»	П.\ игры: «Веселые ребятки», «Займи свой домик» ОВД: - подлезание под шнур на четвереньках (мышки, бегите в норки!) - бег м\д линиями (по узенькой дорожке) Физкультминутки: «Мы похлопаем в ладоши», «Щетки» Игры аттракционы: «Кто быстрее?», «Чей мячик дальше», «Пролезь в рукав»
Ноябрь	«Домашние животные»	П.\ игры: «Кот и мыши», «Лохматый пес», «Кот – ловишка», «Ребята и зверята» ОВД: - ходьба м\д двумя линиями (по узенькой дорожке), - прыжки на двух ногах, с продвижением вперед (ловкие козочки) Игры м.\ подвижности: «Найди и промолчи», «Кто лишний», «Кто говорит?» Игры-аттракционы: «Лошадка, серый бок», «Догони свою пару!»

	«Птицы»	<p>П.\ игры: «Перелетные птицы», «Кот и воробышки», «Птички в гнездах»</p> <p>ОВД: - прыжки из обруча в обруч (птички прыгают по лужицам),</p> <p>- прокатывания мяча в прямом направлении (Прокати зернышко, птичка)</p> <p>Физкультминутки «Наша птичка», «Птички в гнездышках сидят»</p> <p>Игры аттракционы: «Собери зернышки», «Возьми первым!»</p>
	«Профессии»	<p>П.\ игры: «Ловишка», «Паровоз», «Кто спрятался?»</p> <p>ОВД: - подбрасывание мяча вверх, с последующей ловлей (клоун в цирке)</p> <p>- ползание на четвереньках м\д предметами (ищем угощение)</p> <p>Физкультминутки: «Клоун», «Ванька - встань-ка»</p> <p>Игры аттракционы: «Завяжи бант»</p>
	«Детский сад»	<p>П.\ игры: «Мишка, догони!», «Мой веселый звонкий мяч», «Займи свой домик»</p> <p>ОВД: - подлезание под дугу на четвереньках (мышка идет в норку),</p> <p>- ходьба и бег м\д параллельными линиями (по узенькой дорожке шагают матрешки)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Найди Мишку», «Чего не стало?»</p> <p>Физкультминутки: «Мы веселые матрешки», «Мы хлопаем в ладоши»</p> <p>Игры аттракционы: «Возьми первым», «Карусели», «Чья колонна быстрее соберется?», «Быстрые автомобили»</p>
	«Начало зимы»	<p>П.\ игры: «Кружатся снежинки, белые пушинки», «Дед Мороз играет в прятки»</p> <p>ОВД: - ходьба по доске, балансируя руками (по тоненькому льду),</p> <p>- прыжки ч\з шнуры (белочки прыгают ч\з веточки)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок?», «Поехали!»</p> <p>Физкультминутки: «Белый пух», «Белый снег»</p> <p>Игры аттракционы: «Чья пушинка дальше улетит?», «Чей снежок дальше всех упадет?»</p>
Декабрь	«Дикие животные»	<p>П.\ игры: «Зайчики и белочки», «Волк и зайцы», «Зайка беленький сидит»</p> <p>ОВД: - прокатывание мяча двумя руками (побежал колобок по дорожке),</p> <p>- спрыгивание со скамейки на покрытие (зайка прыгает в сугроб)</p> <p>Физкультминутки: «Зайка», «На дворе у нас мороз!»</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Поехали!»</p> <p>Игры-аттракционы: «Чей снежок дальше укатится?», «Перемени предмет»</p>

	«Мой дом, мой город»	П.\ игры: «Намолости мы муки, напечем мы пироги!», «Займи свой домик!», «Угадай, кто вышел?» ОВД: - прокатывание мяча в прямом направлении (Колобок от бабушки сбежал), - ходьба м\д предметами «змейкой» (идем Колобка искать!) Физкультминутки: «Кто живет у нас в квартире?» Игры аттракционы: «Сбей кубик».
Январь	«Моя Родина - Россия» «Вспоминаем праздник»	П.\ игры: «Найди себе пару», «Путешествие на паровозике», «Разметем дорожки» ОВД: - подлезание под шнур в группировке (в гости к Мышке), - ходьба по доске (через реку по мосточку) Физкультминутки: «Едем, едем», «Черное звездное небо» Игры аттракционы: «Чья машина скорее?», «Чья колонна быстрее соберется?»
	«Новый год»	П.\ игры: «Карнавал зверей», «Кружатся снежинки, белые пушинки», «Разноцветные шары для веселой детворы» ОВД: - ходьба по доске (через реку по мосточку), - прыжки на двух ногах из обруча в обруч (разноцветные шарики мигают, мы их обязательно поймает!) Игры м.\ подвижности: «Какой шарик спрятался?» Физкультминутки: «Новый год!», «Потеплее одеваемся!» Игры аттракционы: «Украшь елочку», «Передай, не урони», «Перевези друга»
		П.\ игры: «Кружатся снежинки, белые пушинки», «Разноцветные шары для веселой детворы», «Мы веселые ребята» ОВД: - прокатывание мяча в\г предмета (шарики разноцветные мы в руках катаем, елочку украшаем!), - прыжки со скамейки (зайка белый – прыг в сугроб!) Физкультминутки: «Волк и заяц», «Дружный хоровод» Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок?» Игры-аттракционы: «Перемени предмет», «Займи место», «Перевези друга», «Чья колонна быстрее соберется?»
	«Человек»	П.\ игры: «Найди себе пару», «Веселые ребята», «Ловишка, догони!» ОВД: - прокатывание мяча друг другу в ворота (покатился Колобок через порог), - подлезание под дугу в группировке (в гости к мышке) Игры м.\ подвижности: «Поехали!» Физкультминутки: «Я иду и ты идешь!», «Я мороза не боюсь» Игры аттракционы: «Сбей снежком предмет», «Точно в цель!», «Чьи саночки дальше укатятся?», «Чья колонна быстрее соберется?»

	«Строительство»	<p>П.\ игры: «Мы построим Кошкин дом», «Ловишка», «Скорей ко мне беги!»</p> <p>ОВД: - подлезание под шнур в группировке (в гости к мышке в норку), - ходьба по доске, приставным шагом, руки в стороны (на речку пойдем, воды принесем)</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Накололи мы дрова», «Птичий дом», «Строитель»,</p> <p>Игры аттракционы: «Собери быстро», «Перевези друга», «Строим снежный дом», «Чья колонна быстрее соберется?»</p>
Февраль	«Зима»	<p>П.\ игры: «Ловишка снеговик», «Кружатся снежинки, белые пушинки», «Дед мороз играет в прятки»</p> <p>ОВД: - ходьба, перешагивая рейки лестницы (на горочку забираемся, покататься собираемся), - прыжки на двух ногах, с продвижением вперед (перепрыгиваем сугробы), - ходьба м\д предметами змейкой (по лесу зимнему гуляем, снежинки собираем)</p> <p>Физкультминутки: «Снежинки», «Мы на лыжах в лес идем!»</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Какая снежинка растаяла?»</p> <p>Игры-аттракционы: «Чей снежок дальше всех упадет?», «Гонки на санках», «Кто быстрее соберет снежинки?»</p>
	«Сезонная одежда, обувь»	<p>П.\ игры: «Найди себе пару», «Найди свой цвет», «Прятки»</p> <p>ОВД: - прыжки из обруча в обруч (с пенька на пенек), - перешагивание через шнуры попеременно правой, левой ногой (в новеньких сапожках идем по дорожке)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Башмачок – потеряшка», «Угадай, кто спрятался?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Сапожок», «Мы топаем ногами»</p> <p>Игры аттракционы: «Надень первым»</p>
	«Семья. Наши защитники»	<p>П.\ игры: «Мы дружные ребята...», «Найди себе пару», «У Маланьи...», «Ровным кругом»</p> <p>ОВД: - прыжки с гимнастической скамейки (воробышки прыгают с веточек), - прокатывание мяча м\д предметами (покатился Колобок, оббежал пенек)</p> <p>Физкультминутки: «Подтянитесь на носочках», «Оловянный солдатик»</p> <p>Игры аттракционы: «Займи место», «Пограничник (Пройди тихо)»</p>
	«Игрушки. Материалы»	<p>П.\ игры: «Найди себе пару», «Превращалки», «Утята и котята», «Поезд»</p> <p>ОВД: - бросание мяча через шнур двумя руками (непоседа мячик, далеко скачет), - подлезание под шнур в группировке (за мячиком бегут утятки, малые ребятки)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Чего не стало», «Прятки»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «По дорожке шли, шли»</p> <p>Игры аттракционы: «Мячик прокати, ничего не</p>

		урони!», «Пронеси воздушный шарик»
Март	«Мамин праздник»	П.\ игры: «Пчелки в ульях», «Намолости мы муки...», «Карусели» ОВД: - ходьба по доске, с приседом на середине (по мосточку пойдем, воды зачерпнем), - прыжки м\д предметами «змейкой» (зайка серый прыг-скок м\д кочек на мосток) Физкультминутки и ДРМ: «Машины помощники», «Мама помогаю» Игры м.\ подвижности: «Чего не стало?», «Угадай, чей голосок?» Игры-аттракционы: «Повяжи платок», «Перенеси в ложке» Ритмическая гимнастика, упражнения: «Как у нашей Матрешки красные сапожки»
	«Весна»	П.\ игры: «Солнышко и сосульки», «Карусели», «Ровным кругом» ОВД: - прыжки в длину (прыгаем через лужицы), - прокатывание мячей друг другу (жучки катятся по дорожке, прямо к нам в ладошки) Игры на внимательность: «Какая сосулька растаяла?», «Холодно – жарко» Физкультминутки и ДРМ: «Шарики воздушные», «Ручеек» Игры аттракционы: «Передай, не урони», «Чей воздушный шарик дальше улетит?»
	«Посуда, продукты питания»	П.\ игры: «Разноцветные блюда», «Намолости мы муки, напечем мы пироги!» ОВД: - подбрасывание мяча вверх, с последующей ловлей (вверх яблочко кидай, да смотри, не роняй!), - ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (муравьишки собирают зернышки) Игры м.\ подвижности: «Полезная – вредная еда», «Съедобное – несъедобное» Физкультминутки: «Чайник» Игры аттракционы: «Собери быстро», «Перенеси в ложке»
	Птицы	П.\ игры: «Птицы перелетные», «Воробышки и кот», «Цапля ходит по воде» ОВД: - ходьба с высоким подъемом бедра (шел по берегу петух), - ходьба по гимнастической скамейке (через мостик пойдем, в гости к цапле попадем!) Игры м.\ подвижности: «Летает, не летает», «Угадай, кто так говорит?» Физкультминутки и ДРМ: «Шел по берегу петух», «Утром встал гусак на лапки»
	Домашние животные	П.\ игры: «Лошадки», «Шла коза по лесу», «Лохматый пес» ОВД: - подлезание под шнур в группировке (в гости к псу Барбосу), - ходьба в приседе, руки на коленях (ходит уточка по двору) Физкультминутки: «Как у наших у зверят», «Утром

		встал гусак на лапки» Игры аттракционы: «Прокати мяч головой», «Кто дальше прыгнет?»
Апрель	«Транспорт»	П.\ игры: «Трактора», «Лодочки на море», «Цветные автомобили» ОВД: - ходьба боком, приставным шагом по гимнастической скамейке (через речку на лужок), - прыжки в длину (прыгаем через канавку) Физкультминутки и ДРМ: «Дети едут на машине», «Паровоз» Игры м.\ подвижности: «Плавает, ездит, летает» Игры-аттракционы: «Чей поезд быстрее соберется?»
	«Дикие животные»	П.\ игры: «Вышли зайцы на лужок», «Зайчики и белочки», «Медведь и пчелки» ОВД: - ползание по-медвежьи (мишки вышки на лужок), - подбрасывание мяча вверх двумя руками, с последующей ловлей (вверх шишку кидай, лови, не роняй!) Игры м.\ подвижности: «Найди пару», «Чей голосок?», «Кто спрятался?»
Май	«Комнатные растения. Аквариумные рыбки»	Физкультминутки: «Звери делают зарядку», «Рыжая лисичка» Игры аттракционы: «Найди быстро!»
	«Рыбы. Земноводные»	П.\ игры: «Цапля и лягушки», «Рыбки в пруду» ОВД: - ходьба на ладонях и ступнях спиной вперед (вышли раки-забияки) - ходьба по гимнастической скамейке (по мосточку пойдём, в пруду рыбку найдем) Физкультминутки: «На тропинку – прыг – лягушка!», «На болоте»
	«Человек»	Игры аттракционы: «Поймай рыбку!», «Донеси, не урони!» П.\ игры: «Найди себе пару», «Мы веселые ребята!», «Карусели» ОВД: - ходьба на носочках м\д предметами (по узенькой дорожке шагают наши ножки), - прыжки на двух ногах ч\з шнуры (через лужи прыгаем) Игры м.\ подвижности: «Поехали!», «Один лишний» Физкультминутки: «Наши помощники», «Шеей крутим осторожно»
		П.\ игры: «Разноцветные рыбки», ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке (на речку пойдём, воды наберем, цветы польём), - ходьба с имитацией плавания рыб – ладони сложены – плавники двигаются (плавают рыбки) Физкультминутки: «Спал цветок и вдруг проснулся» Игры м.\ подвижности: «Чего не стало?» Игры-аттракционы: «Кто быстрее соберет цветок?»

«Весна. Сад, огород»		<p>П.\ игры: «Соберем цветочки», «Солнышко и дождик» ОВД: - спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги (прыгаем в теплые лужицы), - прокатывание мяча в парах двумя руками (зернышко катаем) Физкультминутки: «Огород», «На лугу растут цветы», «Мы цветы в саду сажаем», «Подрастает зернышко» Игры аттракционы: «Посади цветок», «Передал, садись!», «Посадка картофеля»</p>
«Насекомые»		<p>П.\ игры: «Медведь и пчелки», «Лягушка и комарики», «Поймай комара!» ОВД: - подбрасывание мяча вверх двумя руками, с последующей ловлей (муравей нашел зернышко), - ползание по скамейке на ладонях и коленях (муравьишки вышли погулять) Ритмическая гимнастика, упражнения: «В траве сидел кузнечик» Игры м.\ подвижности: «Бабочка, муравей, жук» Игры аттракционы: «Проползи быстро», «Перемени предмет»</p>
«Лето»		<p>П.\ игры: «Бабочки на полянке», «Солнышко и дождик», «Волк и ежата», «Карусели» ОВД: - ходьба по наклонной доске (взбираемся на холмик), - прыжки из обруча в обруч (прыгаем по разноцветным лужицам!) Игры м.\ подвижности: «Кто как говорит?», Физкультминутки и ДРМ: «Таракан», «Зеленый луг». Игры аттракционы: «Пробеги быстро», «Пронеси шарик», «Передай, не урони!»</p>

В средней группе

Месяц	Название недели	
Сентябрь	«До свидания, лето!»	<p>П.\ игры: «Солнышко и дождик», «Найди солнечного зайчика», «Разноцветный луг», «Вышли дети в сад зеленый...» ОВД: - ходьба и бег м\д двумя линиями (по дорожке на лужок), - подпрыгивание на месте (лучик солнышка достанем) Игры м.\ подвижности: «Угадай, где солнечный зайчик притаился?», «Найди лепесток и промолчи», «Угадай, чей голосок?» Физкультминутки и ДРМ: «К речке быстрой мы спустились», «Солнечные зайчики» Игры аттракционы: «Ручеек», «Пронеси капельку в ложке» Логоритмические упр-ния: «Качели», «Воздушные шары»</p>

	«Овощи, фрукты»	<p>П.\ игры: «У медведя во бору», «Катится яблоко в круг хоровода...», «Овощи, скорей в корзину!»</p> <p>ОВД: - ходьба и бег м\д двумя линиями (по дорожке идем, урожаем несем!),</p> <p>- прыжки на двух ногах в\г предмета (радуются детки большой репке)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Съедобное, не съедобное», «Будь внимателен!», «Передай, не урони!»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Ветер дует нам в лицо», «Вот так яблоко!»</p> <p>Игры аттракционы: «Собери урожай», «На машине грузовой урожай везем домой!», «Донеси, не урони», «Репка»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Веселые ребята»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Ежик яблочко несет»</p>
	«Осень»	<p>П.\ игры: «Листики осенние», «Перелетные птицы», «Птицы в гнездах», «Медведь и пчелы»</p> <p>ОВД: - подпрыгивание на месте (сорви листочек),</p> <p>- прокатывание мяча в паре (с ветки яблоко упало, прямо в руки нам попало!)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Найди и промолчи», «Кто дольше простоит»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Дождь!», «Дождик», «Птицы перелетные»</p> <p>Игры аттракционы: «Собери листочки», «Перепрыгни через лужу», «Пройди, ног не намочи»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Жили у бабуся два веселых гуся»</p>
	«Растения»	<p>П.\ игры: «У медведя во бору», «Пугало»</p> <p>ОВД: - подпрыгивание на месте (сорви листочек),</p> <p>- прокатывание мяча в паре (с ветки яблоко упало, прямо в руки нам попало!)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Найди и промолчи», «Угадай, у кого ягодка?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Землянику ищем»</p> <p>Игры аттракционы: «Кто быстрее листик возьмет», «Перемени предмет», «Сорви первым», «Передай, не урони»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «На лужайке поутру»</p>
Октябрь	«Одежда»	<p>П.\ игры: «Ловишка, бери ленту!», «Колпачок», «Береги шляпу»</p> <p>ОВД: - прокатывание мяча друг другу (бусы рассыпались)</p> <p>- подлезание под ленту, не касаясь руками пола (в гости к Златовласке)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей платочек?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Стирка», «Платье для куклы»</p> <p>Игры аттракционы: «Не урони шляпу», «Одень Машеньку»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Погулять мы собираемся, потеплее одеваемся!»</p>

	«Обувь, головные уборы»	<p>П.\ игры: «Ловишка, держи шляпу!», «Веселые ребята», «Сбей шляпу»</p> <p>ОВД: - ползание под лентой (в гости к Златовласке), - ходьба по прямой с мешочком на голове (по тропинке пройди, головной убор не урони!)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей башмачок?», «Передал, садись»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Сапожок»</p> <p>Игры аттракционы: «Перемени предмет», «Пройди, шляпу не урони!», «Кто подкинет платочек выше?»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Маме помогаю»</p>
	«Мебель»	<p>П.\ игры: «Займи свой стульчик», «Один лишний, «Выше ноги от земли!»</p> <p>ОВД: - ходьба на четвереньках (живые стульчики), - подлезание под дугу (покатился Колобок в дом через порог)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Мяч лови, слово назови: стул – сидят ит.д.)», «Передал, садись!»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мы умеем»</p> <p>Игры аттракционы: «Кто первым стул займет?»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Мы танцуем хлопай-топай!»</p>
	«Семья»	<p>П.\ игры: «Мы дружные ребята», «Найди себе пару», «Веселая семейка»</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, перешагивая через предметы (на речку пойдем, в дом воды принесем), - прыжки на двух ногах с продвижением вперед (на крыше воробышки играют), - подлезание под шнур (в гости к Дюймовочке)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, кто вышел?», «Угадай, чей голосок?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Стали дети ровно в круг»</p> <p>Игры аттракционы: «Пролезь в рукав», «Кто быстрее?»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Я вырасту»</p>
Ноябрь	«Домашние животные»	<p>П.\ игры: «Кот и мыши», «Лошадки», «Лохматый пес», «Котята и щенята», «идет коза по лесу...»</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через предметы (дрессированная собачка), - прыжки на двух ногах м\д предметами (ловкие козочки)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Кто как говорит?», «Угадай, кто зовет?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Лошадки», «Утром встал гусак на лапки», Встреча»</p> <p>Игры аттракционы: «Перемени предмет», «Донеси, не урони», «Довези корм козочкам»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Танец утят»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Козел»</p>

«Птицы»		<p>П.\ игры: «Птицы в гнездах», «Совушка - Сова», «Воробышки и кот», «Лиса и куры»</p> <p>ОВД: - прыжки на двух ногах со взмахом рук (воробышки перепрыгивают лужи), - прокатывание мяча в паре (птички зернышки катают), - перебрасывание мяча в паре (птички зернышки кидают)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Кто как говорит?», «Прятки», «Найди уточку и промолчи»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Наша птичка», «Птичий двор»</p> <p>Игры аттракционы: «Кто дальше прыгнет», «Чье зернышко дальше укатится», «Кто выше подпрыгнет»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Жили у бабуся два веселых гуся»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Бьет копытом у порога...»</p>
«Профессии»		<p>П.\ игры: «Ловишка, догони!», «Веселый художник»</p> <p>ОВД: - прокатывание мяча в паре (лепим Колобка), - влезание на гимнастическую стенку разными способами (пожарные на учении)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Чья красочка?», «Мяч кидай, упасть не давай», «Построй дом»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: Клоун», «Я – пилот»</p> <p>Игры аттракционы: «Кто быстрее?», «Собери пазл», «Кто быстрее дом построит?»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Дворник»</p>
«Детский сад»		<p>П.\ игры: «Мы дружные ребята», «Кукла – ловишка», «Мой веселый, звонкий мяч», «Зеваки», «Карусели»</p> <p>ОВД: - броски мяча о землю и ловля его двумя руками (мой веселый, звонкий мяч..), - ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони (Мишка учится ползать)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Найди и промолчи», «Кегли», «Прокати мяч к своему флажку»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Кукла», «Клоун»</p> <p>Игры аттракционы: «Перенеси воздушный шарик», «Чей мяч дальше?», «Сбей пирамидку»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Мы милашки – куклы неваляшки», «Матрешка, попляши!»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Вот стоит наш самолет»</p>
«Начало зимы»		<p>П.\ игры: «Кружатся снежинки, белые пушинки», «Игра в прятки», «Снежинки и ветерок»</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом (через реку по мосточку), - ползание по гимнастической скамейке на четвереньках (вышел волк из норы, видит заячьи следы), - прыжки на двух ногах до предмета (зайка белый путает следы)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Зайка беленький стоит...»,</p>

		<p>«Угадай, чей голосок?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Лепим снеговика», «На улице мороз трещит...», «Разметем дорожки от снега»</p> <p>Игры аттракционы: «По следочкам», «Игра в снежки», «Сбей снежком»</p>
Декабрь	«Дикие животные»	<p>П.\ игры: «Волк и зайцы», «Лиса и зайцы», «Белочки и зайчики»</p> <p>ОВД: - ходьба по шнуру в прямом направлении (по веточке ходят белочки),</p> <p>- прыжки через предметы со взмахом рук (зайцы прыгают через сугробы)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Зайка белый умывается...», «Поехали!», «Найди и промолчи», «Ровным кругом»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мы на лыжах в лес идем»</p> <p>Игры аттракционы: «Пролезай в норку», «Катись с горки!», «Сбей снежком», «Собери пазл»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Зайка беленький сидит...»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Зайка»</p>
	«Мой дом, мой город»	<p>П.\ игры: «Найди свой домик», «Один лишний», «Ловишка», «Карусели»</p> <p>ОВД: - прыжки со скамейке на дорожку (спрыгнул Колобок с лавки),</p> <p>- прокатывание мяча м\д предметами (убежал Колобок за порог)</p> <p>- бег в прямом направлении (догоним Колобка)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Найди и промолчи», «Ровным кругом»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Кто живет у нас в квартире?»</p> <p>Игры аттракционы: «Догони Колобка», «Чей дом выше?»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Небольшой городишко»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «На двери висит замок»</p>
	«Моя Родина - Россия»	<p>П.\ игры: «Путешествие на паровозе», «Найди себе пару», «Найди свой дом»</p> <p>ОВД: - подбрасывание мяча вверх двумя руками (лепим снеговика)</p> <p>- ползание по гимнастической скамейке на четвереньках (по мостику идет собачка)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Стоп кадр!», «Поехали!», «Чья колонна скорее соберется»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Моя Родина – Россия!»</p> <p>Игры аттракционы: «Перебрось шарик»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Разметем дорожки»</p>
	«Новый год»	<p>П.\ игры: «Дед Мороз, красный нос», «Кружатся снежинки», «Снежинки и ветерок»</p> <p>ОВД: - ползание по гимнастической скамейке на животе (катаемся на саночках с горки),</p> <p>- ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом (по мостику через реку)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Карнавал животных», «На дворе у нас мороз!»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Новый год», «Хлопья»</p>

		<p>белые»</p> <p>Игры аттракционы: «Как у дедушки Мороза...», «Сбей снежком», «Укрась елочку»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Танец снежинок»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Будем мы дрова рубить, будем печь топить!»</p>
Январь	«Вспоминаем праздник»	<p>П.\ игры: «Дед Мороз, красный нос», «Кружатся снежинки», «Сосульки»</p> <p>ОВД: - прыжки со скамейки (прыгаем в разноцветные ледяные лужицы), - прыжки через шнуры на двух ногах со взмахом рук (по ступенькам на ледяную горочку)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Лепим снеговика», «Елка», «Метелка волнуется – раз..., зимняя фигура замри!», «Угадай, чей голосок?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «На дворе такой мороз!»</p> <p>Игры аттракционы: «Попади снежком!», «Догони снежный ком!», «Возим снег», «Кто на саночках быстрее?»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Взяли детки белый ком..»</p>
	«Человек»	<p>П.\ игры: «Найди себе пару», «Веселые ребята», «Девочки и мальчики»</p> <p>ОВД: - прокатывание мяча м\д предметами (руки укрепляем – мы мячи катаем) - бег по дорожке (бежим по дорожке, сильными будут ножки)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок?», «Стоп кадр!», «Тишина»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Вот помощники мои», «Я здоровье берегу»</p> <p>Игры аттракционы: «Чье звено быстрее соберется», «Точно в цель!», «Перемени предмет»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Разминка»</p>
	«Строительство»	<p>П.\ игры: «Выше ноги от земли!», «Перемени предмет», «Ловишка», «Прятки»</p> <p>ОВД: - ходьба по наклонной гимнастической скамейке (по ступенькам наверх), - подлезание под шнур (в гости к мышке)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «По кирпичикам!», «Что делать этому фанту?», «Угадай, где звенит?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Строитель», «Птичий дом»</p> <p>Игры аттракционы: «Собери быстро!», «Чей дом выше?», «Строим снежный дом»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Молоточек»</p>
Февраль	«Зима»	<p>П.\ игры: «Зимушка - зима», «Раз, два, три, ледяная фигура, замри!», «Снежинки и ветерок»</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастической скамье, на середине повернуться кругом (по ледяному мостику), - прыжки через предметы (перепрыгиваем сугробы)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Катаем снежок», «Угадай, где позвонили?», «Чего не стало?», «Доскажи словечко», «Сугроб»</p>

		<p>Физкультминутки и ДРМ: «Белый снег», «Хлопья белые», «Белая зима»</p> <p>Игры аттракционы: «На саночках», «Сбей снежком», «Попади в лунку», «Возьми первым», «Пройди, не задень», «По ледяному мостику», «Чей снежок дальше?»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Зимушка – зима»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Снежинки белые», «Снег, снег кружится»</p>
	«Сезонная одежда, обувь»	<p>П.\ игры: «Догони свою пару», «Прятки», «Замри!»</p> <p>ОВД: - прыжки из обруча в обруч (в новых сапожках по разноцветным дорожкам!), - прокатывание мяча м\д предметами (варежки надеваем – снежный ком катаем)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Потеплее одеваемся», «Что изменилось», «Доскажи словечко», «Мяч передавай, слово называй!»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мы топаем ногами»</p> <p>Игры аттракционы: «Угадай, чей сапожок?», «Перемени предмет», «Одень друга»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Наденем на ножки сапожки, на ладошки – варежки»</p>
	«Семья. Наши защитники»	<p>П.\ игры: «Мы дружные ребята», «Найди себе пару», «Один лишний»</p> <p>ОВД: - перебрасывание мячей в паре двумя руками снизу (угости друга яблочком), - ходьба по гимнастической скамье высоко поднимая бедро (солдат на посту)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок?», «Чего не стало»,</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Стойкий оловянный солдатик», «Щетки», «Дружно встали», «На параде»</p> <p>Игры аттракционы: «Репка», «Перемени предмет», «Меткий стрелок», «Пройди тихо»</p> <p>Ритмические упр-ния: «В Армии служить...»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Аты-баты – шли солдаты»</p>
	«Игрушки. Материалы»	<p>П.\ игры: «Мишка-ловишка», «Ловишка с лентами», «Карусели», «Паровоз»</p> <p>ОВД: - ползание по гимнастической скамье по-медвежьи (мишка вышел погулять), - ходьба, перешагивая через предметы (кукла гуляет)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Доскажи словечко», «Передай, не урони», «Займи свой стульчик», «Если нравится тебе»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мячики», «Барабан»</p> <p>Игры аттракционы: «Перемени игрушку», «Найди, где спрятано», «Перенеси игрушку»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Флажки»</p>
Март	«Мамин праздник»	<p>П.\ игры: «Карусели», «Собери букет», «Один лишний», «Дружные ребята»</p> <p>ОВД: - ходьба на носочках м\д предметами (на лужок пойдем, подснежник маме найдем), - прыжки в длину (перепрыгнем через весенние</p>

		<p>ручейки)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок», «Передай цветочек», «Угадай, где позвонили?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Маме помогаю»</p> <p>Игры аттракционы: «Наряди девочку», «Возьми первым», «Переведи девочку по мостику», «Повяжи платок», «Перенеси в ложке», «Варим суп»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Букет для мамочки»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Помощники»</p>
	«Весна»	<p>П.\ игры: «Весенние ручейки», «Солнышко и тучка», «Собери букет»</p> <p>ОВД: - прыжки в длину с места (перепрыгиваем через ручеек),</p> <p>- прокатывание мяча двумя руками, сидя ноги врозь, в паре (покатился жучок по дорожке, прямо к нам в ладошки),</p> <p>- перебрасывание мяча двумя руками снизу в паре (муха летает)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Найди солнечного зайчика», «Не ошибись», «Доскажи словечко»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Вылез мишка из берлоги», «Солнце»</p> <p>«Игры аттракционы: «Чей кораблик дальше уплывет?», «Угадай-ка»,</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Разминка»</p>
	«Посуда, продукты питания»	<p>П.\ игры: «Как на нашем, на лугу стоит чашка творогу», «Блюдца и чашки», «Намололи мы муки, напечем мы пироги»</p> <p>ОВД: - прокатывание мячей м\д предметами (блюдца гуляли, горошины потеряли),</p> <p>- ползание по гимнастической скамье с мешочком на спине (живые блюдца),</p> <p>- ходьба по гимнастической скамье с мешочком на голове (живые чайники)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Доскажи словечко», «Съедобное-несъедобное», «Угощайся, дружок, вот тебе пирожок»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Суп для куклы», «Таракан»,</p> <p>Игры аттракционы: «Собери посуду», «Полезные продукты», «Перенеси в ложке», «Живые блины», «Передай, не урони»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Чайник»</p>
	Птицы	<p>П.\ игры: «Лиса в курятнике», «Перелетные птицы», «Охотники и утки», «Гуси-гуси...», «Две тетери», «Птицы в гнездах», «Цапля и лягушки», «Коршун и цыплята»</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке на носочках, высоко поднимая бедро (гордый петух)</p> <p>- прыжки через шнуры (птицы перепрыгивают через веточки),</p> <p>- прокатывание мяча в паре, стоя (прокати зернышко)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок?», «Не ошибись», «Доскажи словечко», «Передай</p>

		<p>зернышко» Физкультминутки и ДРМ: «Над водой летят стрижи», «Вышли уточки на луг», «Скворечники» Игры аттракционы: «Возьми червяка», «Передал, садись!», «Какая цапля наловит больше лягушек» Ритмические упр-ния: «На танцующих утят...», «Птичья зарядка» Логоритмические упр-ния: «Утром встал гусак на лапки»</p>
	Домашние животные	<p>П.\ игры: «Ребята и козлята», «Котята и щенята», «Идет коза по лесу», «Кот и мыши», «Лохматый пес», «Лошадки», «Рыжий кот Мурлыка» ОВД: - лазание по гимнастической стенке (шаловливый котенок), - ходьба по доске, высоко поднимая бедро (дрессированный щенок), - прыжки на двух ногах через шнуры (резвые козочки) Игры м.\ подвижности: «Угадай, где спрятался?», «Угадай, где позвонили?», «Угадай, чей голосок?» Физкультминутки и ДРМ: «Серая лошадка», «Как на пишущей машинке» Игры аттракционы: «Найди теленка», «Напои коровку», «Догони!», «Перевези на машине», «Возьми быстро», «Пройди тихо» Ритмические упр-ния: «Веселая зарядка» Логоритмические упр-ния: «Козлик», «Как мы поили телят»</p>
Апрель	«Транспорт»	<p>П.\ игры: «Цветные автомобили», «Светофор», «Лодочки», «Паровоз», «Самолеты» ОВД: - ходьба по рейкам (паровоз едет по рельсам), - бег по залу – руки в стороны (самолеты летают), - Игры м.\ подвижности: «Подскажи словечко», «Не ошибись», «Плавает – ездит – летает», «Быстрый поезд» Физкультминутки и ДРМ: «Трактора», «Поездка за город», «Ехали медведи на велосипеде» Игры аттракционы: «Быстрые машины», «Чей поезд скорей соберется», «Полоса препятствий», «Чей самолет дальше улетит» Ритмические упр-ния: «Голубой вагон» Логоритмические упр-ния: «Самолет», «Велосипед»</p>
	«Дикие животные»	<p>П.\ игры: «Обезьяны и лианы», «Медведь и пчелы», «Волк и зайцы», «Мыши в норах», «Белочки и зайчики» ОВД: - ходьба по гимнастической скамье по-медвежьи (вышел мишка из берлоги), - прыжки на двух ногах справа, слева от каната (белочки резвятся), - метание мешочка в горизонтальную цель (белочки орехи кидают в корзинки) Игры м.\ подвижности: «Ровным кругом», «Угадай, чей голосок?», «Кто как говорит?» Физкультминутки и ДРМ: «Как у наших, у зверят»,</p>

		<p>«На охоту вышел волк!», «Рыжая лисичка»</p> <p>Игры аттракционы: «Пройди, как мышка», «Достань орех», «Займи место первым», «Догони свою пару», «Зоопарк»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Танец львенка и черепахи»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Три медведя»</p>
	«Рыбы. Земноводные»	<p>П.\ игры: «Лягушки и цапля», «Один лишний», «Разноцветные рыбки», «Рыбак и рыбки»</p> <p>ОВД: - прокатывание мяча в прямом направлении (рыбки катают икринки),</p> <p>- подпрыгивание на двух ногах до предмета (рыбки выпрыгивают из воды, ловят комаров),</p> <p>- ползание по гимнастической скамье на животе, хват с боков (улитка по листику ползет)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Вот лягушка по дорожке...», «Подскажи словечко», «Речная фигура, замри!», «Передай, не урони»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Лягушки», «На болоте», «Зеленая толстушка»</p> <p>Игры аттракционы: «Поймай рыбку», «Донеси, не урони», «Подскажи словечко», «Передай рыбку», «Чья рыба дальше всех уплывет?», «Чья лягушка дальше прыгнет?», «Чья лягушка больше всех наловит комаров?»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Рыбка»</p>
	«Человек»	<p>П.\ игры: «Догони свою пару», «Ловишка с лентами», «Мальчики – девочки», «Мы веселые ребята!», «Ловишка», «Найди себе пару»</p> <p>ОВД: - прыжки на двух ногах из обруча в обруч (прыгаем, играем – ножки укрепляем),</p> <p>- прокатывание обруча в паре (обруч катаем – руки укрепляем),</p> <p>- лазание по гимнастической стенке одноименным способом (лазаем, играем – тело укрепляем)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Не ошибись», «Мяч лови, слово назови!», «Ровным кругом», «Зеркало», «Запрещенные движения», «Жмурки», «Угадай, кто вышел?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Руки ставим перед грудью», «Мы играем», «Раз-два, дружно встали!», «Мы ногами топ-топ»</p> <p>Игры аттракционы: «Кто дальше прыгнет?»,</p> <p>Ритмические упр-ния: «Мы танцуем буги-вуги!»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Я вырасту»</p>
Май	«Комнатные растения. Аквариумные рыбки»	<p>П.\ игры: «Разноцветные рыбки», «Соберем цветник»</p> <p>ОВД: - прыжки на двух ногах из обруча в обруч (рыбки играют),</p> <p>- ползание по гимнастической скамейке на животе (улитка ползет),</p> <p>- прокатывание мяча в прямом направлении двумя руками (рыбки катают икринки)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Подскажи словечко», «Передавай, упасть не давай!», «Найди и промолчи»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Говорит цветку цветок»</p>

		<p>Игры аттракционы: «Собери цветочки», «Проворные рыбки», «Перемени цветок», «Посади цветок», «Наноси воды»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Рыбки танцуют»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Моя фиалка»</p>
«Весна. Сад, огород»		<p>П.\ игры: «Вышли дети в сад зеленый», «Солнышко и дождик», «Соберем цветы»,</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастическому бревну (по мостику в сад),</p> <p>- перепрыгивание на двух ногах через шнуры (лужи перепрыгиваем),</p> <p>- перебрасывание мяча в паре от груди (зернышко перекидываем)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Передай камушек», «Угадай, у кого камушек?», «Прятки», «Угадай, чей голосок?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мы цветы в саду сажаем», «На лугу растут цветы»</p> <p>Игры аттракционы: «Посадка овощей», «Передай, не урони!», «Перемени предмет», «Наноси воды», «Посади деревце»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Уронило солнце...»</p>
«Насекомые»		<p>П.\ игры: «Бабочки, на луг летите!», «Бабочки разноцветные», «Поймай пчелку», «Кузнечики и жабка»</p> <p>ОВД: - метание в вертикальную цель попеременно одной, другой рукой (жук пролетает через обруч),</p> <p>- подкидывание мяча малого диаметра вверх и ловля его одной рукой (жучок на ладонь сел, дальше полетел),</p> <p>- перепрыгивание из обруча в обруч (прыгают кузнечики)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок», «Летает – не летает», «Доскажи словечко», «У кого жук?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Бабочка», «Муха», «Голубой аэропланчик (Стрекоза)»</p> <p>Игры аттракционы: «Поймай комара», «Перемени предмет»</p> <p>«Ритмические упр-ния»: «Танец бабочек», «В траве сидел кузнечик»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Жук»</p>
«Лето»		<p>П.\ игры: «Венок», «Карусели», «Солнышко и дождик», «Ветерок», «Хоровод», «Солнечный зайчик – ловишка»</p> <p>ОВД: - ходьба по доске, балансируя руками (по мосточку пойдём, на полянку попадем),</p> <p>- прыжки из обруча в обруч (по разноцветным лужицам)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Жмурки», «Угадай, чей голосок?», «Передай, не урони», «Найди солнечного зайчика»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Качели», «Дождик», «На лугу растут цветы», «Мы с друзьями»</p> <p>Игры аттракционы: «Кто быстрее по дорожке?»,</p>

		«Пройди, не задень», «Перебрось воздушный шарик», «Пронеси воздушный шарик» Ритмические упр-ния: «Солнце ярко светит», «Если хочешь веселится – улыбнись!» Логоритмические упр-ния: «Радуга»
--	--	--

В старшей группе

Месяц	Название недели	
Сентябрь	«До свидания, лето!»	П.\ игры: «Бабочки, летите на цветы!», «Ловишки с разноцветными лентами», «Солнышко и дождик», «Гори, гори ясно!» ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы (по тропинке к реке, перешагивая через камни), - прыжки на двух ногах, с продвижением вперед (в траве прыгают кузнечики), - перебрасывание мяча двумя руками снизу в паре (мяч бросай, упасть не давай!) Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок?», «Не промочи ноги!», «Передал, садись» Физкультминутки и ДМР: «Солнечные зайчики», «Голубой аэропланчик» Игры аттракционы: «Возьми первым!», «Угадай, где позвонили» Логоритмические упр-ния: «Спал цветок и вдруг проснулся», «Радуга»
	«Овощи, фрукты»	П.\ игры: «Пугало», «Репка», «Ловишка с яблочком», «Катится яблоко в круг хоровода», «Яблоня» ОВД: - подпрыгивание на двух ногах до предмета (достань яблочко!), - броски мяча малого диаметра вверх двумя руками (горячая картошка), - бег в среднем темпе (собирайся, народ, беги на огород!) Игры м.\ подвижности: «Разложи по корзинам!», «Не ошибись!», «Что растет на грядке?» Физкультминутки и ДРМ: Игры аттракционы: «Сбор урожая», «Чья машина быстрее довезет урожай», «Прыжки в мешках» Ритмические упр-ния: «Антошка, Антошка, пойдем копать картошку» Логоритмические упр-ния: «Песенка про овощи», «Наш огород»

	«Осень»	<p>П.\ игры: «Солнышко и дождик», «Перелетные птицы», «Листики и ветерок»</p> <p>ОВД: - ползание по гимнастической скамейке на четвереньках (по узенькому мостику через реку), - ходьба по канату приставным шагом (птицы по веточкам ходят), - броски мяча вверх двумя руками, с последующей ловлей (поиграем с яблоком)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок?», «Запрещенное движение», «Не ошибись!»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Рыжие белочки», «Рыжие клены»</p> <p>Игры аттракционы: «Чей листик выше поднимется?», «Кто больше насобирает листьев?», «Кто сильнее дунет?»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Осенью в лесу»</p>
	«Растения»	<p>П.\ игры: «Венок», «Вьюнок», «Букет», «Ловишка»</p> <p>ОВД: - пролезание в обруч боком (вьюнок опутывает забор), - ходьба, перешагивая через предметы (по тропинке пройди, на цветок не наступи),</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Передал садись», «Собери букет», «Не ошибись», «Угадай, чей голосок?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ:</p> <p>Игры аттракционы: «Возьми первым», «Займи свое место»</p> <p>Ритмические упр-ния: «За малиной в лес пойдем, в лес пойдем»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «По ягоды», По грибы»</p>
Октябрь	«Одежда»	<p>П.\ игры: «Ниточка и иголочка», «Кафтан», «Колпачок»</p> <p>ОВД: - прыжки на двух ногах через шнуры (делаем стежки, помогаем кафтан сшивать) - подбрасывание платочка вверх одной, другой рукой (платочек вверх подбрось, поймай), - ходьба с мешочком на голове (ходим в шляпе)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Не ошибись», «Передай, не урони», «Погулять мы собираемся, потеплее одеваемся»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Стирка»</p> <p>Игры аттракционы: «Пролезание в рукав», «Чей платочек выше поднимется?», «Взял, беги!», «Холсты»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «У Ивана три кафтана»</p>
	«Обувь, головные уборы»	<p>П.\ игры: «Ловишка, держи шляпу!», «Живая шляпа»</p> <p>ОВД: - прыжки со скамейки на полусогнутые ноги (попади на следочки), - перебрасывание мешочка из-за головы в паре (держи шляпу!),</p>

		<p>- ползание на четвереньках по скамейке с мешочком на спине (живая шляпа)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Передай, не урони», «Чей башмачок», «Колпачок», «Надень папаху»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ:</p> <p>Игры аттракционы: «Сбей шляпу», «Большие калоши», «Перемени предмет», «Передай, не урони»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Новые кроссовки»</p>
	«Мебель»	<p>П.\ игры: «Займи свой стульчик», «Один лишний», «Выше ноги от земли»</p> <p>ОВД: - ходьба по скамейке приставным шагом (покатился Колобок по скамейке, прыг на - порог)</p> <p>подлезание под дугу в группировке (побежал Колобок в дверь)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Будь внимателен!», «Раз, два, три – замри предмет мебели изобрази»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мы умеем»</p> <p>Игры аттракционы: «Займи стул первым»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Много мебели в квартире»</p>
	«Семья»	<p>П.\ игры: «Найди себе пару», «Мы дружные ребята», «Прятки»</p> <p>ОВД: - пролезание в несколько обручей подряд (в гости к семье гномов),</p> <p>- ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы (на реку пойдем воды гномам принесем)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Как у дядюшки Трифона...», «Угадай, чей голосок?», «Угадай, кто вышел?», «Угадай, У кого камушек?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Веселая семейка», «Щетки»</p> <p>Игры аттракционы: «Возьми первым!»,</p> <p>Ритмические упр-ния: «Танцуй, сколько хочешь!»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Разминка (Всеи семьей мы делаем зарядку!)»</p>
Ноябрь	«Домашние животные»	<p>П.\ игры: «Козочки и волк», «Рыжий кот – ловишка», «Кот и мыши», «Котята и щенята», «Наездники»</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке, передавая мяч из правой руки в левую перед собой (кошка играет с клубком),</p> <p>- прыжки на правой, левой ноге с продвижением вперед (дрессированные козочки),</p> <p>- перебрасывание мяча из-за головы в паре (котята играют с клубком)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Кто как говорит», «Поменяй местами», «Угадай, кто позвал?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Кошка», «Козел»</p> <p>Игры аттракционы: «Привези сена коровам», «Найди пропажу», «Найди по звуку»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Конь-огонь»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Мой конь»</p>

«Птицы»	<p>П.\ игры: «Кот и воробьи», «Совушка - сова», «Займи свое гнездо», «Перелетные птицы» ОВД: - ведение мяча одной рукой до обозначенного места (птичка с зернышком играет), - пролезание под шнур в группировке (ласточки прячутся от непогоды), - ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом в прямом направлении (гордый петух) Игры м.\ подвижности: «Курочка-хохлатка», «Угадай, чей голосок?», «Покажи птицу» Физкультминутки и ДРМ: «Сова», «Птицы перелетные» Игры аттракционы: «Займи первым», «Передай другому» Ритмические упр-ния: «Жили у бабуси...» Логоритмические упр-ния: «Петух»</p>
«Профессии»	<p>П.\ игры: «Садовник», «Пилоты», «Космонавты» ОВД: - ведение мяча в ходьбе (юные спортсмены), - влезание на гимнастическую лестницу одноименным способом (школа пожарных), - ползание по наклонной доске (школа пожарных) Игры м.\ подвижности: «Запрещенное движение», «Где мы были, мы не скажем, а что делали - покажем!» Физкультминутки и ДРМ: «Строитель», «Парикмахер», «Полотер» Игры аттракционы: «Завяжи бант», «Построй быстро», «Спаси кота», «Меткий стрелок» Логоритмические упр-ния: «Дворник»</p>
«Детский сад»	<p>П.\ игры: «Ловишка с лентами», «Звонкий мяч», «Юла, укажи на меня!», «Разноцветная карусель» ОВД: - подлезание под шнур в группировке (в гости к игрушкам – зверюшкам) - ходьба по гимнастической скамейке, с мешочком на голове (кукла Таня учиться ходить), - прыжки на правой, левой ноге попеременно до предмета (веселые игрушки вышли погулять) Игры м.\ подвижности: «Ровным кругом», «Угадай, кто вышел», «Кто спрятался?», «Мяч – ловишка» Физкультминутки и ДРМ: «Суп для куклы», «Скакалка» Игры аттракционы: «Возьми ленту», «Поймай мяч», «Береги игрушку», «Кто дольше пропрыгает на скакалке», «Кто дольше прокрутит обруч» Ритмические упр-ния: «Кукла», «Матрешки» Логоритмические упр-ния: «Игра с обручами», «Буратино»</p>

	«Начало зимы»	<p>П.\ игры: «Снежинки и ветерок», «Два Мороза», «Не боимся мы мороза!», «Не застуди ног!»</p> <p>ОВД: - ходьба по наклонной доске (на горку забираемся, покатаемся собираемся),</p> <p>- прыжки на двух ногах через предметы (перепрыгиваем сугробы),</p> <p>Игры м.\ подвижности: «На саночках», «На лыжах», «Ледяная фигура, замри!», «Снежок лови, слово назови»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мороз», «Белый пух»</p> <p>Игры аттракционы: «Сбей снежком», «Меткий стрелок», «Займи место первым»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «По дорожкам пойдем, метлой их разметим», «Снежки», «Первый снег»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Белые елочки»</p>
Декабрь	«Дикие животные»	<p>П.\ игры: «Волк во рву», «Волк и зайцы», «Хромая лиса», «Зверята и ребята», Найди себе пару», «Охотники и зайцы»</p> <p>ОВД: - прыжки на правой, левой ноге поочередно с продвижением вперед (шустрые зайцы запутывают следы),</p> <p>- броски мяча вверх, с последующей его ловлей (белки лепят снеговика),</p> <p>- ползание на четвереньках м\д предметами (волк по лесу бродит)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Зайка белый умывается», «У кого снежок», «Угадай, чей голосок», «Угадай, где позвонили»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Звери делают зарядку», «Сидели два медведя»</p> <p>Игры аттракционы: «Лесные звери на саночках катаются, забавляются!», «Перетягивание каната», «Займи домик первым!»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Храбрый заяц»</p>
	«Мой дом, мой город»	<p>П.\ игры: «Найди свой дом», «Кто, кто занял мой дом?», «Найди свою пару»</p> <p>ОВД: - перебрасывание мяча в паре (</p> <p>- ползание по гимнастической скамье на животе (улитка в аквариуме)</p> <p>- ходьба по гимнастической скамье с мешочком на голове (прогулка по городскому мосту)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Найди и промолчи», «У кого камушек», «Жмурки»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Чаепитие»</p> <p>Игры аттракционы: «Собери пазл», «Пролезь в ворота», «Передай, не урони», «Переведи друга»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «На двери висит замок»</p>

	«Моя Родина - Россия»	<p>П.\ игры: «Разведчики», «Соберись по цветам флага РФ», «Перебежчики»</p> <p>ОВД: - лазание по гимнастической стенке одноименным способом, не пропуская реек (покорители гор),</p> <p>- ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы (великаны, перешагивают горы),</p> <p>- прыжки на двух ногах до предмета (достанем облака рукой)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Найди и промолчи», «Пройди через топкое болото», «Эхо»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Моя Родина – Россия»</p> <p>Игры аттракционы: «Один лишний», «Пройди тихо», «Передал, садись», «Перебрось через границу»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Россия»</p>
	«Новый год»	<p>П.\ игры: «Ловишка», «Дед Мороз», «Ловишка – снеговик», «Белый снег», «Подарок»</p> <p>ОВД: - лазание по гимнастической лестнице, не пропуская реек (нарядим елочку)</p> <p>- ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом (за елкой в лес по узкой тропе)</p> <p>- прыжки на двух ногах между предметами</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Украсть елочку», «Ты, беги веселый бубен...», «Передай елочный шар»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Новый год», «Если нравится тебе...»</p> <p>Игры аттракционы: «Попади снежком в мишень», «Украсть елку», «Размети дорожку», «Будь внимательным!»</p> <p>Ритмические упр-ния: «У всех Новый год», «Как у дедушки Мороза», «Танец снежинок»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Наша елка», «Снеговик»</p>
Январь	«Вспоминаем праздник»	<p>П.\ игры: «Дед Мороз, красный нос», «Кружатся снежинки», «Сосульки»</p> <p>ОВД: - прыжки со скамейки (прыгаем в разноцветные ледяные лужицы),</p> <p>- прыжки через шнуры на двух ногах со взмахом рук (по ступенькам на ледяную горочку)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Лепим снеговика», «Елка», «Метелка волнуется – раз..., зимняя фигура замри!», «Угадай, чей голосок?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «На дворе такой мороз!»</p> <p>Игры аттракционы: «Попади снежком!», «Догони снежный ком!», «Возим снег», «Кто на саночках быстрее?»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Взяли детки белый ком..»</p>

	«Человек»	<p>П.\ игры: «Найди себе пару», «Веселые ребята», «Девочки и мальчики»</p> <p>ОВД: - прокатывание мяча м\д предметами (руки укрепляем – мы мячи катаем)</p> <p>- бег по дорожке (бежим по дорожке, сильными будут ножки)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок?», «Стоп кадр!», «Тишина»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Вот помощники мои», «Я здоровье берегу»</p> <p>Игры аттракционы: «Чье звено быстрее соберется», «Точно в цель!», «Перемени предмет»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Разминка»</p>
	«Строительство»	<p>П.\ игры: «Выше ноги от земли!», «Перемени предмет», «Ловишка», «Прятки»</p> <p>ОВД: - ходьба по наклонной гимнастической скамейке (по ступенькам наверх),</p> <p>- подлезание под шнур (в гости к мышке)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «По кирпичикам!», «Что делать этому фанту?», «Угадай, где звенит?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Строитель», «Птичий дом»</p> <p>Игры аттракционы: «Собери быстро!», «Чей дом выше?», «Строим снежный дом»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Молоточек»</p>
Февраль	«Зима»	<p>П.\ игры: «Зимушка - зима», «Раз, два, три, ледяная фигура, замри!», «Снежинки и ветерок»</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастической скамье, на середине повернуться кругом (по ледяному мостику),</p> <p>- прыжки через предметы (перепрыгиваем сугробы)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Катаем снежок», «Угадай, где позвонили?», «Чего не стало?», «Доскажи словечко», «Сугроб»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Белый снег», «Хлопья белые», «Белая зима»</p> <p>Игры аттракционы: «На саночках», «Сбей снежком», «Попади в лунку», «Возьми первым», «Пройди, не задень», «По ледяному мостику», «Чей снежок дальше?»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Зимушка – зима»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Снежинки белые», «Снег, снег кружится»</p>

«Сезонная одежда, обувь»		<p>П.\ игры: «Догони свою пару», «Прятки», «Замри!»</p> <p>ОВД: - прыжки из обруча в обруч (в новых сапожках по разноцветным дорожкам!), - прокатывание мяча м\д предметами (варежки надеваем – снежный ком катаем)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Потеплее одеваемся», «Что изменилось», «Доскажи словечко», «Мяч передавай, слово называй!»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мы топаем ногами»</p> <p>Игры аттракционы: «Угадай, чей сапожок?», «Перемени предмет», «Одень друга»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Наденем на ножки сапожки, на ладошки – варежки»</p>
«Семья. Наши защитники»		<p>П.\ игры: «Мы дружные ребята», «Найди себе пару», «Один лишний»</p> <p>ОВД: - перебрасывание мячей в паре двумя руками снизу (угости друга яблочком), - ходьба по гимнастической скамье высоко поднимая бедро (солдат на посту)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок?», «Чего не стало»,</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Стойкий оловянный солдатик», «Щетки», «Дружно встали», «На параде»</p> <p>Игры аттракционы: «Репка», «Перемени предмет», «Меткий стрелок», «Пройди тихо»</p> <p>Ритмические упр-ния: «В Армии служить...»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Аты-баты – шли солдаты»</p>
«Игрушки. Материалы»		<p>П.\ игры: «Мишка-ловишка», «Ловишка с лентами», «Карусели», «Паровоз»</p> <p>ОВД: - ползание по гимнастической скамье по-медвежьи (мишка вышел погулять), - ходьба, перешагивая через предметы (кукла гуляет)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Доскажи словечко», «Передай, не урони», «Займи свой стульчик», «Если нравится тебе»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мячики», «Барабан»</p> <p>Игры аттракционы: «Перемени игрушку», «Найди, где спрятано», «Перенеси игрушку»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Флажки»</p>

Март	«Мамин праздник»	<p>П.\ игры: «Карусели», «Собери букет», «Один лишний», «Дружные ребята» ОВД: - ходьба на носочках м\д предметами (на лужок пойдём, подснежник маме найдём), - прыжки в длину (перепрыгнем через весенние ручейки) Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок», «Передай цветочек», «Угадай, где позвонили?» Физкультминутки и ДРМ: «Маме помогаю» Игры аттракционы: «Наряди девочку», «Возьми первым», «Переведи девочку по мостику», «Повяжи платок», «Перенеси в ложке», «Варим суп» Ритмические упр-ния: «Букет для мамочки» Логоритмические упр-ния: «Помощники»</p>
	«Весна»	<p>П.\ игры: «Весенние ручейки», «Солнышко и тучка», «Собери букет» ОВД: - прыжки в длину с места (перепрыгиваем через ручеек), - прокатывание мяча двумя руками, сидя ноги врозь, в паре (покатился жучок по дорожке, прямо к нам в ладошки), - перебрасывание мяча двумя руками снизу в паре (муха летает) Игры м.\ подвижности: «Найди солнечного зайчика», «Не ошибись», «Доскажи словечко» Физкультминутки и ДРМ: «Вылез мишка из берлоги», «Солнце» «Игры аттракционы: «Чей кораблик дальше уплывет?», «Угадайка», Логоритмические упр-ния: «Разминка»</p>
	«Посуда, продукты питания»	<p>П.\ игры: «Как на нашем, на лугу стоит чашка творогу», «Блюдца и чашки», «Намолотили мы муки, напечем мы пироги» ОВД: - прокатывание мячей м\д предметами (блюдца гуляли, горошины потеряли), - ползание по гимнастической скамье с мешочком на спине (живые блюдца), - ходьба по гимнастической скамье с мешочком на голове (живые чайники) Игры м.\ подвижности: «Доскажи словечко», «Съедобное-несъедобное», «Угощайся, дружок, вот тебе пирожок» Физкультминутки и ДРМ: «Суп для куклы», «Таракан», Игры аттракционы: «Собери посуду», «Полезные продукты», «Перенеси в ложке», «Живые блины», «Передай, не урони» Логоритмические упр-ния: «Чайник»</p>

	Птицы	<p>П.\ игры: «Лиса в курятнике», «Перелетные птицы», «Охотники и утки», «Гуси-гуси...», «Две тетери», «Птицы в гнездах», «Цапля и лягушки», «Коршун и цыплята»</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке на носочках, высоко поднимая бедро (гордый петух)</p> <p>- прыжки через шнуры (птицы перепрыгивают через веточки),</p> <p>- прокатывание мяча в паре, стоя (прокати зернышко)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок?», «Не ошибись», «Доскажи словечко», «Передай зернышко»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Над водой летят стрижи», «Вышли уточки на луг», «Скворечники»</p> <p>Игры аттракционы: «Возьми червяка», «Передал, садись!», «Какая цапля наловит больше лягушек»</p> <p>Ритмические упр-ния: «На танцующих утят...», «Птичья зарядка»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Утром встал гусак на лапки»</p>
	Домашние животные	<p>П.\ игры: «Ребята и козлята», «Котята и щенята», «Идет коза по лесу», «Кот и мыши», «Лохматый пес», «Лошадки», «Рыжий кот Мурлыка»</p> <p>ОВД: - лазание по гимнастической стенке (шаловливый котенок),</p> <p>- ходьба по доске, высоко поднимая бедро (дрессированный щенок),</p> <p>- прыжки на двух ногах через шнуры (резвые козочки)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, где спрятался?», «Угадай, где позвонили?», «Угадай, чей голосок?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Серая лошадка», «Как на пишущей машинке»</p> <p>Игры аттракционы: «Найди теленка», «Напои коровку», «Догони!», «Перевези на машине», «Возьми быстро», «Пройди тихо»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Веселая зарядка»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Козлик», «Как мы поили телят»</p>
Апрель	«Транспорт»	<p>П.\ игры: «Цветные автомобили», «Светофор», «Лодочки», «Паровоз», «Самолеты»</p> <p>ОВД: - ходьба по рейкам (паровоз едет по рельсам),</p> <p>- бег по залу – руки в стороны (самолеты летают),</p> <p>- Игры м.\ подвижности: «Подскажи словечко», «Не ошибись», «Плавает – ездит – летает», «Быстрый поезд»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Трактора», «Поездка за город», «Ехали медведи на велосипеде»</p> <p>Игры аттракционы: «Быстрые машины», «Чей поезд скорей соберется», «Полоса препятствий», «Чей самолет дальше улетит»</p>

		Ритмические упр-ния: «Голубой вагон» Логоритмические упр-ния: «Самолет», «Велосипед»
«Дикие животные»		П.\ игры: «Обезьяны и лианы», «Медведь и пчелы», «Волк и зайцы», «Мыши в норах», «Белочки и зайчики» ОВД: - ходьба по гимнастической скамье по-медвежьи (вышел мишка из берлоги), - прыжки на двух ногах справа, слева от каната (белочки резвятся), - метание мешочка в горизонтальную цель (белочки орехи кидают в корзинки) Игры м.\ подвижности: «Ровным кругом», «Угадай, чей голосок?», «Кто как говорит?» Физкультминутки и ДРМ: «Как у наших, у зверят», «На охоту вышел волк!», «Рыжая лисичка» Игры аттракционы: «Пройди, как мышка», «Достань орех», «Займи место первым», «Догони свою пару», «Зоопарк» Ритмические упр-ния: «Танец львенка и черепахи» Логоритмические упр-ния: «Три медведя»
«Рыбы. Земноводные»		П.\ игры: «Лягушки и цапля», «Один лишний», «Разноцветные рыбки», «Рыбак и рыбки» ОВД: - прокатывание мяча в прямом направлении (рыбки катают икринки), - подпрыгивание на двух ногах до предмета (рыбки выпрыгивают из воды, ловят комаров), - ползание по гимнастической скамье на животе, хват с боков (улитка по листику ползет) Игры м.\ подвижности: «Вот лягушка по дорожке...», «Подскажи словечко», «Речная фигура, замри!», «Передай, не урони» Физкультминутки и ДРМ: «Лягушки», «На болоте», «Зеленая толстушка» Игры аттракционы: «Поймай рыбку», «Донеси, не урони», «Подскажи словечко», «Передай рыбку», «Чья рыба дальше всех уплывет?», «Чья лягушка дальше прыгнет?», «Чья лягушка больше всех наловит комаров?» Логоритмические упр-ния: «Рыбка»

	«Человек»	<p>П.\ игры: «Догони свою пару», «Ловишка с лентами», «Мальчики – девочки», «Мы веселые ребята!», «Ловишка», «Найди себе пару»</p> <p>ОВД: - прыжки на двух ногах из обруча в обруч (прыгаем, играем – ножки укрепляем), - прокатывание обруча в паре (обруч катаем – руки укрепляем), - лазание по гимнастической стенке одноименным способом (лазаем, играем – тело укрепляем)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Не ошибись», «Мяч лови, слово назови!», «Ровным кругом», «Зеркало», «Запрещенные движения», «Жмурки», «Угадай, кто вышел?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Руки ставим перед грудью», «Мы играем», «Раз-два, дружно встали!», «Мы ногами топ-топ»</p> <p>Игры аттракционы: «Кто дальше прыгнет?», Ритмические упр-ния: «Мы танцуем буги-вуги!» Логоритмические упр-ния: «Я вырасту»</p>
Май	«Комнатные растения. Аквариумные рыбки»	<p>П.\ игры: «Разноцветные рыбки», «Каждый цветок, найди свой горшок!»</p> <p>ОВД: - прыжки на правой, левой ноге попеременно, по прямой до ориентира, руки на пояс (рыбки играют), - ходьба в приседе, руки на колени (маленькие цветочки), - ходьба на носочках, руки вверх (цветы к солнцу тянуться)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Доскажи словечко», «Цветок передай, упасть не давай!», «Найди и промолчи»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Спал цветок и вдруг проснулся»</p> <p>Игры аттракционы: «Собери цветок», «Донеси рыбку», «Посади цветочки»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Рыбка плавает в воде»</p>
	«Весна. Сад, огород»	<p>П.\ игры: «Посадка картофеля», «Вышли дети в сад зеленый...», «Весенние ручейки»</p> <p>ОВД: - подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками, стоя ноги врозь (играем с картошкой), - ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, на середине присесть, выпрямиться, пройти дальше (на реку пойдём, воды для полива зачерпнем), - прыжки из обруча в обруч (прыжки по разноцветным лужам)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Найди и промолчи», «Передай горячую картошку», «Угадай, у кого в руке (картошка и т.д...?)»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Огород», «Ручеек»</p> <p>Игры аттракционы: «Пройди, ноги не замочи»,</p>

		«Чья команда быстрее посадит картошку?», «Перемени предмет», «Перенеси картошку в ложку», «Угадай, что за овощ на ощупь» Ритмические упр-ния: «Вместе весело шагать!» Логоритмические упр-ния: «Мы тоже можем так!»
	«Насекомые»	П.\ игры: «Поймай пчелку», «Разноцветные бабочки», «Паучок и мухи», «Кузнечики м лягушка» ОВД: - броски мяча об пол и ловля его двумя руками (муравьи играют с маковым зернышком), - прыжки из обруча в обруч, руки на поясе (прыгают кузнечики), - ползание на четвереньках по прямой, с мешочком на спине (жук везет на спине свой дом) Игры м.\ подвижности: «Найди и промолчи», «Угадай, кто вышел?», «Летает - не летает» Физкультминутки и ДРМ: «Жук», «Мотылек», «Комарик» Игры аттракционы: «Достань до жука», «Перемени предмет», «Займи цветок первым» Ритмические упр-ния: «В траве сидел кузнечик» Логоритмические упр-ния: «Прыгают кузнечики»
	«Лето»	П.\ игры: «Солнышко и дождик», «Венок», «Карусели», «Гори-гори ясно!» ОВД: - ходьба с перешагиванием через предметы (по дорожке пройди, на цветок не наступи), - прыжки из обруча в обруч (прыгаем по солнечным лужам), - ходьба по гимнастической скамейке, руки за голову (по мостику на полянку) Игры м.\ подвижности: «Лучики играют», «Доскажи словечко», «Найди солнечного зайчика», «ровным кругом» Физкультминутки и ДРМ: «Радуга», «На лугу растут цветы» Игры аттракционы: «Возьми первым!», «Перемени предмет», «По дорожке пройди, шляпку не урони», «Перебрось воздушный шарик» Ритмические упр-ния: «Вот оно какое, наше лето!» Логоритмические упр-ния: «Прогулка в лесу»

В подготовительной группе

Месяц	Название недели	
Сентябрь	«До свидания, лето!»	П.\ игры: «Гори, гори ясно!», «Ловишка – солнечный зайчик», «Карусели» ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке в прямом направлении, приставным шагом (по мосточку мы пойдем, на лужок попадем) - прыжки на двух ногах через шнуры (прыгаем через солнечные лучи),

	<p>Игры м.\ подвижности: «Раз, два, три, замри!», «Перемени предмет», «Угадай, чей голосок?», «Найди солнечного зайчика», «Классики»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Лето»</p> <p>Игры аттракционы: «Пройди по лучику», «Займи место первым», «Переведи друга через реку», «Прыжки в мешках», «Передай, не урони!»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Чунга-Чанга»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Мы на карусели сели!»</p>
«Овощи, фрукты»	<p>П.\ игры: «Пугало», «Катится яблоко в круг хоровода», «Найди пару»</p> <p>ОВД: - перебрасывание мяча в паре двумя руками снизу (поймай яблочко),</p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки на двух ногах через валики (посчитаем, сколько мешков овощей собрали), - ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом (возвращаемся с поля домой через овраг) <p>Игры м.\ подвижности: «Передай картошку»,</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Апельсин»</p> <p>Игры аттракционы: «Перенеси овощи», «Горячая картошка», «Собери правильно», «Сбор урожая», «Веселые тачки», «Прыжки в мешках»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Антошка, Антошка, пойдем копать картошку!»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Урожай», «Овощное рагу»</p>
«Осень»	<p>П.\ игры: «Осенний ветер», «Не ошибись!», «Осень – волшебница»</p> <p>ОВД: - прыжок с разбега, с доставанием до предмета (коснись листочка рукой),</p> <ul style="list-style-type: none"> - подлезание под шнур в группировке (в лес осенний мы тихонечко войдем, желудь найдем), - перебрасывание мяча двумя руками снизу в паре (с дерева желудь упал, к нам в руки попал) <p>Игры м.\ подвижности: «Назови слово», «Не ошибись», «Перемени предмет», «Найди и промолчи», «Эхо»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Дождик», «Золотая песенка»</p> <p>Игры аттракционы: «Перепрыгни лужу», «Пройди, в лужу не наступи», «Возьми первым», «Чей листок?»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Осень»</p>
«Растения»	<p>П.\ игры: «Грибочки и пенечки», «Вьюнок», «Найди себе пару», «Садовник»</p> <p>ОВД: - ползание по наклонной доске, хват с боков скамьи (вьюнок поднимается к солнцу),</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба по гимнастической скамье, перешагивая через предметы (по тропинке пойдем, грибок не собьем) <p>Игры м.\ подвижности: «Найди и промолчи», «Угадай, кто вышел?», «Угадай, кто позвал?», «Усни-трава»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «На лугу растут цветы»,</p>

		<p>«Мы с друзьями»</p> <p>Игры аттракционы: «Кто выше подпрыгнет?», «Кто больше листьев (цветов соберет)», «Собери пазл», «Отгадай, что это?», «Передай, не урони!»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Где вы были?», «По ягоды»</p>
Октябрь	«Одежда»	<p>П.\ игры: «Береги платочек», «Поясок», «Поменяйся местами», «Ниточка и иголочка»</p> <p>ОВД: - прыжки на одной, другой ноге попеременно через шнуры (ловкая иголочка рубаху шьет), - бросание платочка вверх и ловля его одной рукой (жонглер), - перебрасывание мяча двумя руками снизу в паре (мяч бросай что-нибудь из одежды называй!)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Что изменилось?», «Чего не стало», «Кто во что одет?», «Жмурки»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Стирка», «Мы веселые матрешки»</p> <p>Игры аттракционы: «Пролезание в рукав», «Перемени предмет», «Поменяй предмет»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Как у нашей матрешки красный сарафан»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «У Джона превосходный плащ», «Потеплее одеваемся, погулять мы собираемся!»</p>
	«Обувь, головные уборы»	<p>П.\ игры: «Береги шляпу!», «Колпак», «Третий лишний», «Найди пару!»</p> <p>ОВД: - прыжки с высоты на полусогнутые ноги, со взмахом рук (точно на стельку!), - перебрасывание мяча в паре двумя руками из-за головы (перекидываем шляпы), - переползание через две дуги подряд с мешочком на голове (проползи, шляпу не урони), - ходьба по залу с мешочком на голове (настоящие леди и джентльмены)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Пронеси, не урони», «Прятки», «Девочка Маша», «Передай, упасть не давай!»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Сапожок», «</p> <p>Игры аттракционы: «Сбей папаху», «Угадай, чей башмачок», «Перемени предмет», «Поймай мяч шляпой»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Новые кроссовки»</p>
	«Мебель»	<p>П.\ игры: «Займи свой стульчик», «Один лишний», «Выше ноги от земли!»</p> <p>ОВД: - ползание по гимнастической скамейке на четвереньках (стулья ожили, вышли погулять), - подбрасывание мяча вверх двумя руками, на сигнал «Замри!» - изобразить светильник</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Поменяйся местами», «Проползи тихо», «Раз, два, три, предмет мебели изобрази!»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мы умеем», «А часы идут, идут»</p>

		Игры аттракционы: «Найди свой стул», «Поменяй быстро!», «Не ошибись!», «Стол, стул, кровать» Логоритмические упр-ния: «Наша квартира»
	«Семья»	П.\ игры: «Найди пару», «Догони свою пару», «Прятки», «Семеро одного не ждут!» ОВД: - пролезание в несколько обручей подряд (в гости к семье гномов), - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы (на реку пойдем воды гномам принесем), - прокатывание мяча в паре, ноги врозь (колобки скатаем, испечем, гостей созовем) Игры м.\ подвижности: «Как у дядюшки Трифона...», «Мяч лови, ласково назови», «Жмурки», «Напечем пироги», «Угадай, кто вышел?» Физкультминутки и ДРМ: «Веселая семейка» Игры аттракционы: «Возьми, передай!», «Не ошибись!», «Тянем репку» Логоритмические упр-ния: «Всей семьей мы делаем зарядку»
Ноябрь	«Домашние животные»	П.\ игры: «Козлятки и волк», «Кот и мыши», «Наездники» ОВД: - ползание по прямой, подталкивая головой мяч перед собой (котятка играют с клубком) - прыжки попеременно правым, левым боком через канат (резвые козочки),- - бросание мяча в корзину (котятка играют с клубком) Игры м.\ подвижности: «Кто как говорит?», «Не ошибись», «Найди и промолчи», «Мяч передавай животное называй» Физкультминутки и ДРМ: «Кошка», «Бегут, бегут со двора» Игры аттракционы: «Угадай, кто это?» Ритмические упр-ния: «На лугу пасутся...» Логоритмические упр-ния: «Игра в стадо»
	«Птицы»	П.\ игры: «Лиса в курятнике», «Перелетные птицы», «Займи свое гнездо», «Бездомный аист», «Охотники и утки» ОВД: - ходьба по канату приставным шагом (птицы ходят по ветвям деревьев), - ходьба с высоким подъем бедра – руки в стороны (гордый петух), - метание мешочков в горизонтальную цель (птицы зернами на зиму запасаются) Игры м.\ подвижности: «Летает – не летает», «Угадай, чей голосок?», «Кто как говорит», «Шел по берегу петух» Физкультминутки и ДРМ: «Вышли уточки на луг», «Лошадки» Игры аттракционы: «Кто дольше всех пропрыгает на одной ноге», «Собери пазл», «Кто больше зерен соберет» Ритмические упр-ния: «Танцующие утята» Логоритмические упр-ния: «Петух»

«Профессии»		<p>П.\ игры: «Пожарные на учении», «Пограничники», «Раз, два, три, замри!»</p> <p>ОВД: - влезание по гимнастической лестнице вверх разноименным способом (школа юных пожарных), - ползание по наклонной гимнастической скамье, хват с боков (школа юных пожарных), - метание в горизонтальную цель правой, левой рукой (меткий стрелок)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Передай быстро», «Не урони», «Фигура замри!»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Художник», «Я – пилот», «Полотер»</p> <p>Игры аттракционы: «Силач в цирке», «Меткий стрелок»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Крановщик», «Кровельщик»</p>
«Детский сад»		<p>П.\ игры: «Юла», «Разноцветная карусель», «Ловишка, держи ленту», «Веселый мяч», «Превращалки»</p> <p>ОВД: - прыжки справа-слева от шнура на двух ногах (ловкий мячик), - ходьба на носках, с перешагиванием через предметы (дрессированный Бим), - ходьба по канату в прямом направлении (заводная кукла)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Что изменилось?», «Тишина», «Мяч передай, упасть не давай», «Кукла заводная», «Зеркало», «Передай игрушку»,</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Скакалка»,</p> <p>Игры аттракционы: «Кто дольше всех на скакалке пропрыгает», «Сбей кегли», «Поймай игрушку», «Крутись, веревочка!», «Гонки автомобилей»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Скакалка», «Кукла»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Ванька-встанька», «Сказка даст нам отдохнуть»</p>
«Начало зимы»		<p>П.\ игры: «Мороз и солнце», «Дед Мороз – затейник», «Снежинки и ветерок», «Салки»</p> <p>ОВД: - ходьба на носках м\д предметами (по дороге мы пойдем, все сугробы обойдем), - перебрасывание мяча в паре двумя руками снизу (лепим снеговика), - кувырки (снежный ком покатился с горы)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Раз, два, три, снежная фигура, замри!», «Добавь слово», «Снежный ком», «Не ошибись!»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Разметим дорожки», «Мороз», «Белый снег»</p> <p>Игры аттракционы: «Сбей снежком», «Чьи саночки быстрее?», «Донеси, не урони», «Собери пазл», «Попади в движущуюся мишень», «Точно в ворота», «На саночках»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Как у дедушки Мороза...», «Танец снежинок»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Мы шагаем посугробам»</p>

Декабрь	«Дикие животные»	<p>П.\ игры: «Бездомный заяц», «Зайцы и волк», «Волк во рву», «Лиса – Патрикеевна», «Чехарда», «Охотники и зайцы»</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке с приседанием, колени врозь (заяц – прячется от волка),</p> <p>- прыжки со скамейки на полусогнутые ноги (белки спрыгивают с ветки),</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Лесные жмурки», «Угадай, чей голосок?», «Не ошибись», «Найди бельчонка», «Раз, два, три, замри!»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «На охоту вышел волк!», «Заячья зарядка»</p> <p>Игры аттракционы: «Передай орех», «Возьми первым», «Перепрыгни сугроб», «Пролезай в норку»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Белые елочки»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «По лесной дорожке», «Медвежата в чаще жили»</p>
	«Мой дом, мой город»	<p>П.\ игры: «Займи свой дом», «Мельница», «Один лишний», «Прятки»</p> <p>ОВД: - прыжки на двух ногах попеременно до обозначенного места (измеряем расстояние)</p> <p>- пролезание под несколько ворот подряд (под мосточком),</p> <p>- проползание в рукав (в тоннель)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Намолочи мы муки – напечем пироги», «В поход по родному городу», «Угадай, кто вышел?», «День – ночь»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Чаепитие», «Кто живет у нас в квартире?»</p> <p>Игры аттракционы: «Проползание в тоннель», «Не ошибись!», «Построй башню», «Перемени предмет»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Строим дом» (с мягкими модулями), «Небольшой городишко»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Дом стоит»</p>
	«Моя Родина - Россия»	<p>П.\ игры: «Соберись по цветам флага РФ», «Чья колонна (шеренга) быстрее соберется?», «Путешествие», «Пограничники», «В темном лесу есть избушка»</p> <p>ОВД: - лазание по гимнастической стенке разными способами (Покорители гор),</p> <p>- пролезание в несколько дуг подряд, затем в тоннель (путешествие по пещерам),</p> <p>- прыжки в длину со взмахом рук (великаны перепрыгивают реку)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Подскажи словечко», «Передай, не урони», «День – ночь»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Моя Родина – Россия»</p> <p>Игры аттракционы: «Пройди тихо», «Кто быстрее на гору заберется?», «Собери камни», «Перенеси, не урони»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Отправляемся в поход...»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Родина»</p>
	«Новый год»	<p>П.\ игры: «Карнавал животных», «Кружатся</p>

		<p>снежинки», «Два Мороза», «Дед Мороз затейник», «Веселые ребята», «Веселый снеговик»</p> <p>ОВД: - подбрасывание мяча малого диаметра вверх одной рукой, ловля его двумя руками (украшаем елочку),</p> <p>- ходьба с высоким подъемом бедра, на носочках м\д предметами (за елкой в лес),</p> <p>- ходьба по-медвежьи (мишка косолапый торопится на елку)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, где позвонили?», «Угадай, чей голосок», «Стоп кадр»,</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мороз красный нос», «Елочка»</p> <p>Игры аттракционы: «Укрась елочку», «Чьи саночки быстрее?», «Кто дальше прокатится?», «Сбей снежком», «Попади в колпак»</p> <p>Ритмические упр-ния: «У всех Новый год», «Хоровод, хоровод, пляшет маленький народ!»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «с Новым годом!», «Подарки»</p>
Январь	«Вспоминаем праздник»	<p>П.\ игры: «Кружатся снежинки», «Два Мороза», «Снежинки и вьюга», «Снеговика – затейники», «Действуй по сигналу!»</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастической рейке в прямом направлении приставным шагом (по тоненькому льду),</p> <p>- прыжки из обруча в обруч (разноцветные льдинки),</p> <p>- прокатывание мяча между предметами (катаем снежные комья для снеговика)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Раз, два, три, снежная фигура, замри!», «Угадай, где позвонили?», «Угадай, чей голосок?», «Подскажи словечко», «Катится снежок»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мороз», «Мы на лыжах в лес идем»</p> <p>Игры аттракционы: «Передай снежный ком», «Лепим снеговика», «Сбей колпак», «Кто больше снежинок соберет», «По ледяным дорожкам», «Чьи саночки быстрее»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Зимние забавы»</p>
	«Человек»	<p>П.\ игры: «Найди себе пару», «Колдун», «Догони свою пару», «Из круга выбивало», «Сохрани позу!»</p> <p>ОВД: - прыжки на препятствие (прыгай, играй, свои ноги укрепляй!),</p> <p>- ползание по гимнастической скамейке на животе, хват двумя руками с боков (не зевай, руки укрепляй)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Знай свое тело!», «Полезные упражнения», «Делай как я!», «Зеркало», «Гримасы», «Мяч бросай, часть тела называй!», «Угадай, где позвонили?», «Жмурки»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Пальчики», «Упражненья», «Руки ставим перед грудью», «Разминка»</p> <p>Игры аттракционы: «Цепи кованные», «Кто дольше</p>

		<p>на одной ноге простоит», «Передай без помощи рук», «Пронеси предмет в паре» Ритмические упр-ния: «Веселая гимнастика» Логоритмические упр-ния: «Все выходят по порядку...»</p>
	«Строительство»	<p>П.\ игры: «Выше ноги от земли!», «Прятки» ОВД: - лазание по гимнастической стенке, одноименным способом (взбираемся на высокий дом), - подпрыгивание на двух ногах с доставанием до предмета (допрыгнем до крыши), - пролезание под несколькими дугами подряд (в домик семьи гномиков) Игры м.\ подвижности: «Запрещенное движение», «Где мы были, мы не скажем, а что делали - покажем!», «Ровным кругом» Физкультминутки и ДРМ: «Маляры», «Скворечники» Игры аттракционы: «Дострой мост», «Передай, не урони», «Перевозка стройматериалов», «Передал, садись!», «Дорисуй дом!» Ритмические упр-ния: «Мы – строители!» Логоритмические упр-ния: «Крановщик», «Кровельщик»</p>
Февраль	«Зима»	<p>П.\ игры: «Два Мороза», «Снежинки и ветерок», «Перебежки» ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе (по ледяному мостику пойдём, сугробы перешагнем), - бросание мяча вверх и ловля его двумя руками, стоя ноги врозь (подбрасываем ледяной ком), - имитация скольжения на коньках, руки за спиной в «замок», носочек тянуть (на катке покатаемся) Игры м.\ подвижности: «Ледяная фигура, замри!», «Добавь словечко», «Передай снежок», «Прокати снежный ком» Физкультминутки и ДРМ: «Мы на лыжах в лес идем», «Солнце греет землю слабо», «Мороз Красный нос», «Белый снег». Игры аттракционы: «Пройди по ледяной дорожке, не упади», «Чьи саночки дальше прокатятся», «Сбей снежком», «Слепи снеговика», «Шайбу - в ворота!» Ритмические упр-ния: «Я Мороза не боюсь!» Логоритмические упр-ния: «Снежинки»</p>
	«Сезонная одежда, обувь»	<p>П.\ игры: «Передай шапку!», «Ловишка», «Догони свою пару» ОВД: - ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине (проползи, не урони!), - кувырки через голову на мате (потеплее оделись, с горки скатились), - ходьба с мешочком на голове, руки на поясе, перешагивая через мягкие модули (через сугробы пройди, шапки не урони) Игры м.\ подвижности: «Найди, у кого варежка»,</p>

		<p>«Передай, упасть не давай», «Ровным кругом»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мы потопаем ногами», «У Ивана три кафтана», «Сапожок»</p> <p>Игры аттракционы: «Одень друга», «Перемени быстро!», «Кто дольше на одной ноге простоит?», «Кто первым найдет?»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Потеплее одеваемся, погулять мы собираемся!», «Ботинки»</p>
	«Семья. Наши защитники»	<p>П.\ игры: «Догони свою пару», «Моряки», «Летчики»</p> <p>ОВД: - метание мешочков с песком в вертикальную цель (меткий стрелок),</p> <p>- пролезание под навесом по-пластунски (перейди границу),</p> <p>- ходьба м\д предметами на носочках, руки на поясе (пройди границу тихо)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Доскажи словечко», «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем!»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Мы - кавалеристы», «Стойкий оловянный солдатик»</p> <p>Игры аттракционы: «Перетягивание каната», «Самый сильный, самый ловкий», «Скачки», «Перейди границу», «Перебинтуй раненого товарища»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Мы солдатами хотим стать, чтоб Россию защищать!»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Все выходят по порядку...», «На парад!»</p>
	«Игрушки. Материалы»	<p>П.\ игры: «Мой веселый, звонкий мяч», «Скакалочка», «Буратино-ловишка», «Ловишки с ленточками»</p> <p>ОВД: - пролезание м\д рейками лестницы (в гости к игрушкам),</p> <p>- прыжки на двух ногах через несколько шнуров (плюшевые зайчики ожили),</p> <p>- ходьба по рейке приставным шагом, руки на поясе (кукла учится ходить)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок», «Укажи, юла», «Найди Буратино», «Передай без помощи рук»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Кукле платье шью», «Юла», «Сошью для мишки новые штанишки»</p> <p>Игры аттракционы: «Одень куклу», «Перемени предмет», «Кегельбан», «Кто дольше на скакалке пропрыгает?», «Кто больше мяч рукой отобьет?», «Перекинь воздушный шарик»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Я бегу, в бубен бью!», «Буратино потянулся», «Мишка с куклой бойко топают»</p>
Март	«Мамин праздник»	<p>П.\ игры: «Собери букет», «Дружные ребята», «Перебежки»</p> <p>ОВД: - ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставным шагом в прямом направлении, руки за голову (пойдем за подснежником на лужок),</p> <p>- прыжки на двух ногах справа-слева от шнура, руки на поясе (перепрыгнем ручеек),</p>

		<p>- ходьба на носочках м\д предметами, руки вверх (подснежников набрали, отдадим букет мы маме)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, чей голосок?», «Угадай, у кого цветок?», «Найди цветок», «Передай, не урони»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Маме помогаю»</p> <p>Игры аттракционы: «Чья команда больше цветов соберет?», «Возьми быстро», «Не зевай, пару выбирай!», «Помоги маме перенести покупки»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Мы на луг пойдем, цветов соберем!»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Веснянка»</p>
	«Весна»	<p>П.\ игры: «Весна приходит», «Веснянка», «Ручейки», «Гори, гори ясно!»</p> <p>ОВД: - прыжки в длину с места, со взмахом рук (перепрыгни ручеек),</p> <p>- метание в горизонтальную цель, способом снизу, правой, левой рукой (бросаем камушки в лужи),</p> <p>- ходьба в приседе – руки на колени, спину держать ровно (маленькие цветы)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, у кого цветок?», «Садовник», «Не ошибись», «Мяч передавай, слово называй», «Ласковые слова»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Сосулька»</p> <p>Игры аттракционы: «Передай, не урони!», «Пройди, не упади!», «Перемени быстро», «Добеги первым», «Пройди на ходулях через ручейки»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Весна приходит!», «Весна»</p>
	«Посуда, продукты питания»	<p>П.\ игры: «Как на нашем на лугу, стоит чашка творогу», «Кувшинчик», «Катится яблоко в круг хоровода»</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке на носочках, руки в стороны (помогаем семье гномов принести воды),</p> <p>- прыжки на двух ногах м\д предметами, руки на поясе (зайцы на обед спешат),</p> <p>- ползание по прямой на предплечьях и коленях, с мешочком на спине (ежики бегут, яблочки несут)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Яблоко передавай, упасть не давай», «Не ошибись!», «Съедобное, несъедобное», «Мяч передавай, слово называй»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Суп для куклы», «Овощи»</p> <p>Игры аттракционы: «Попади в кувшинчик», «Принеси воды», «Угадай на ощупь, какой это овощ?»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Самовар»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Машина каша», «Яблочки», «Ты, капуста, рубись!»</p>
	Птицы	<p>П.\ игры: «Птицы перелетные», «Сова», «Охотники и утки», «Птицы, на веточки летите!»</p> <p>ОВД: - прыжки на правой, левой ноге до ориентира, руки на поясе (птица синица по дорожке прыгает),</p>

		<p>- ходьба по рейке в прямом направлении, руки в стороны (по веточки ходят птицы),</p> <p>- подбрасывание мяча малого диаметра одной рукой, с последующей ловлей, стоя ноги врозь (птичка с зернышком играет)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Не ошибись», «Угадай, чей голосок», «Мяч передавай, птицу называй», «Угадай, у кого зернышко?»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Сова», «Утром встал гусак на лапки», «Воробушки, серенькие перышки»</p> <p>Игры аттракционы: «Перемени предмет», «Какая синица на одной ноге дольше простоит?», «Передай, не урони!», «Какая птица дальше улетит?»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Вороны», «Гуси серые», «Лебеди»</p>
	Домашние животные	<p>П.\ игры: «Кот и мыши», «Пес Барбос», «Лошадки», «Шла коза по лесу», «Козочки и волк»</p> <p>ОВД: - лазание по гимнастической стенке произвольным способом, не пропуская реек (котенок карабкается наверх),</p> <p>- ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, с мешочком на голове руки на пояс (дрессированные собачки),</p> <p>- прыжки через шнуры правым, левым боком с продвижением вперед, руки на поясе (козочки резвятся)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Угадай, что изменилось?», «Угадай, чей голосок?», «Подскажи словечко»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Лошадки», «Козел», «Серая лошадка», «Черный кот»</p> <p>Игры аттракционы: «Напои телят», «Найди козлика», «Перемени предмет», «Навози телятам сена», «Спрятали, найди»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Песенка друзей»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Игра в стадо», «Эй, лошадки, все за мной!»</p>
Апрель	«Транспорт»	<p>П.\ игры: «Стоп, машины!», «Паровоз», «Кораблики», «Пилоты», «Путешествие к другим планетам»</p> <p>ОВД: - ходьба парами по рейкам, поставленным параллельно, приставным шагом, взявшись за руки (вагончики по рельсам катятся),</p> <p>- прокатывание обручей в паре, стоя, ноги врозь (по дороге едут самосвалы),</p> <p>- бег в колонне, руки в стороны (самолеты летят)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Летает - не летает», «Доскажи словечко», «Мяч передавай, слово называй»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Поездка за город», «Превращалки»</p> <p>Игры аттракционы: «Чья машина перевезет больше дров», «Кто дальше на велосипеде уедет?», «Переправа»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Танец планет»</p>

		Логоритмические упр-ния: «Самолет», «На шоссе»
	«Дикие животные»	<p>П.\ игры: «Обезьяны и лианы», «Волк во рву», «Медведь и пчелы», «Вышел мишка из берлоги», «Хитрая лиса»</p> <p>ОВД: - ходьба по прямой на носочках – руки вверх прямые (жирафы идут),</p> <p>- ползание по гимнастической скамейке «по-медвежьи» (вышел медведь из берлоги),</p> <p>- прыжки в высоту с разбега (обезьяны достают бананы),</p> <p>- прокатывание мяча головой в прямом направлении, в ходьбе на четвереньках (носороги катят кокосовый орех)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Не ошибись», «Угадай, чей голосок?», «Ровным кругом...»</p> <p>Физкультминутки и ДМР: «Медвежата»,</p> <p>Игры аттракционы: «Пройди как...», «Возьми быстро», «Какая обезьянка быстрее достанет банан?», «Перемени предмет»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Прогулка в зоопарк»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Храбрый заяц», «Кто, что делал», «Белка», «На водопой»</p>
	«Рыбы. Земноводные»	<p>П.\ игры: «Рыбак и рыбки», «Крокодилы и обезьянки», «Веселый невод», «Лягушки и цапля»</p> <p>ОВД: - ползание по-пластунски по прямой (крокодилы вышли из Нила),</p> <p>- ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине (черепахи по мостику ползут),</p> <p>- перебрасывание мяча малого диаметра из одной руки в другую (рыбка играет с икринкой),</p> <p>- ходьба, с опорой на ладони и ступни спиной вперед (раки пятятся назад)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Не ошибись», «Морская фигура на месте замри!», «Вот, лягушка по дорожке...»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Зеленая квакушка», «Лягушки»,</p> <p>Игры аттракционы: «Черепахи», «Перемени предмет», «Ловкий рыбак», «Передай, не урони», «Быстрая улитка», «Самый быстрый рак»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Рыбка», «Аквариум»</p>
	«Человек»	<p>П.\ игры: «Догони свою пару», «Мы дружные ребята», «Выше ноги от земли!»</p> <p>ОВД: - лазание по гимнастической стенке одноименным способом (ловкие ребята),</p> <p>- прыжки через скакалку, вращая ее вперед (тренировку начинаем, ноги разминаем),</p> <p>- отбивание мяча об пол в ходьбе одной рукой, стоя на месте, с продвижением вперед - пролезание в обруч в группировке (будем мышцы укреплять, будем спинку прогибать)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Не ошибись», «Угадай, кто позвал?», «Ровным кругом», «Мяч передавай, части тела называй», «Запрещенное движение», «Эхо»</p>

		<p>Физкультминутки и ДРМ: «Руки ставим перед грудью», «Мы проверили осанку и свели лопатки», «Мы похлопаем в ладоши», «Головою три кивка»</p> <p>Игры аттракционы: «Прыгуны», «Бегуны», «Меткий стрелок», «Передай без помощи рук», «Чья команда быстрее соберется?»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Буги-вуги»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Зарядка», «Руки в стороны, в кулачок», «Мы топаем ногами»</p>
Май	«Комнатные растения. Аквариумные рыбки»	<p>П.\ игры: «Горшочки и цветочки», «Поймай рыбку»</p> <p>ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке с цветочком в руках, на каждый шаг передавать цветок из руки в руку перед собой, за спиной (по мостику пройди, цветок перенеси),</p> <p>- ходьба в приседе, руки на коленях (маленькие цветочки),</p> <p>- ходьба на носочках – руки вверх (цветы к солнцу тянутся),</p> <p>- влезание на гимнастическую стенку разноименным способом, не пропуская реек (выюнок тянется к солнцу)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Будь внимательным», «Цветок передавай, не зевай!», «Полей цветок», «Собери цветок», «Найди, где спрятался цветок»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ: «Говорит цветок цветку...», «Спал цветок и вдруг проснулся»</p> <p>Игры аттракционы: «Чья команда больше цветов посадит», «Перенеси, не урони»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Аквариум»</p>
	«Весна. Сад, огород»	<p>П.\ игры: «Пугало», «Веснянка», «Гори, гори ясно!», «Ручейки и солнышко», «Ручеек»</p> <p>ОВД: - бег по прямой, с координацией рук (весенние ручейки побежали),</p> <p>- прыжки в длину с разбега (перепрыгни ручей),</p> <p>- перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (перебрось картошку)</p> <p>Игры м.\ подвижности: «Передай картошку (любой овощ)», «Не ошибись!», «Найди и промолчи», «Передай, не урони»</p> <p>Физкультминутки и ДРМ:</p> <p>Игры аттракционы: «Посадка картофеля (по командам)», «Перемени быстро!», «Пробеги, ноги не замочи», «Пронеси в ложке картошку»</p> <p>Ритмические упр-ния: «Вместе весело шагать!»</p> <p>Логоритмические упр-ния: «Ручейки», «Весна»</p>
	«Насекомые»	<p>П.\ игры: «Паучок и мухи», «Поймай комара», «Бабочки, к цветам летите!», «Жук – бомбардир»</p> <p>ОВД: - метание мяча в обруч, расположенный вертикально, двумя руками из-за головы, стоя ноги врозь (жук пролетает в форточку),</p> <p>- бег по прямой, с преодолением препятствий, с координацией рук (муравьи бегут по дорожке),</p> <p>- бег с выполнением упражнений для верхнего плечевого пояса – руки в стороны, вверх, в стороны,</p>

		<p>вниз (бабочки порхают), - кувырки через голову на мате (жуки барахтаются) Игры м.\ подвижности: «Не ошибись!», «Найди первым!», «Летает – не летает» Физкультминутки и ДРМ: «Жук», «Комарик», «Мотылек» Игры аттракционы: «Перенеси бабочку на цветок», «Муравей и тачка», «Достань жука!» Логоритмические упр-ния: «Вот какая стрекоза!»</p>
	«Лето»	<p>П.\ игры: «Карусели», «Солнышко и дождик», «Прогулка», «Ловишка с лентами» ОВД: - бег в колонне по одному, со средней скоростью, в чередовании с ходьбой (побежим по дорожкам, лето встречать!), - прыжки на правой, левой ноге поочередно из обруча в обруч, руки на поясе (по солнечным лужицам), - ходьба на носочках м\д предметами, руки вверх прямые (на носочки встанем, солнышко достанем) Игры м.\ подвижности: « Найди солнечного зайчика», «Не ошибись!», «Мяч передавай, слово называй» Физкультминутки и ДРМ: «Воздушные шары», «Золотое солнышко», «Лето» Игры аттракционы: «Возьми первым!», «Перемени предмет», «Перебрось воздушный шарик», «Чья команда быстрее соберется?» Ритмические упр-ния: «Разноцветный дождик (с лентами)», «Вот, оно какое, наше лето!» Логоритмические упр-ния: «Солнышко», «Мы на карусели сели»</p>

*Условные сокращения:

ОВД – основные виды движений

ОРУ – общеразвивающие упражнения

ДРМ – двигательльно-речевые миниатюры

4. КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА С ВОСПИТАННИКАМИ С ОВЗ

В ДОО осуществляется коррекционная работа с детьми с нарушениями речи, педагогически запущенными, детьми, детьми —носителями негативных психических состояний (утомляемость, психическая напряженность, тревожность, фрустрация, нарушения сна, аппетита), с нарушенными формами поведения органического генеза (гиперактивность, синдром дефицита внимания);

Основная задача коррекционно-педагогической работы -создание условий для всестороннего развития ребенка с ОВЗ в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников.

Формы работы

– подгрупповая и индивидуальная.

Основные направления работы «Физическое развитие»

Цель

- совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно

- пространственной координации.

Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей в семье

И в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи.

Образовательная область	Задачи	Содержание	Пути решения
«Здоровье»	- Создать условия, необходимые для защиты, сохранения и укрепления здоровья каждого воспитанника.	Содержание работы по развитию культурно - гигиенических навыков: • прием пищи: обучение умению пользоваться ложкой, вилок, чашкой, салфеткой (с учетом индивидуальных возможностей), Правильно организовать режим дня в детском саду и дома, чередовать различные воспитанника, формировать культурно -гигиенические навыки, потребность вести здоровый образ жизни; развивать представления о своем здоровье и о средствах его укрепления. Соблюдать опрятность при приеме пищи, выражать благодарность после приема пищи (знаком, движением, речью); • гигиенические навыки: обучение умению выполнять	Ежедневно, в ходе режимных моментов: - ситуативный разговор, - беседа, - инструкции - наглядный материал (схемы, иллюстрации), - проблемная ситуация, - проектный метод.

		<p>утренние и вечерние гигиенические процедуры (туалет, мытье рук, мытье ног и т.д.);</p> <p>пользоваться туалетными принадлежностями (бумага, жидкое и твердое мыло, салфетка, полотенце, расческа, зеркало), носовым платком;</p> <p>соблюдать правила хранения туалетных принадлежностей;</p> <p>выражать благодарность за оказываемые виды помощи;</p> <p>•одежда и внешний вид: обучение умению различать разные виды одежды;</p> <p>соблюдать порядок последовательности одевания и раздевания; хранить в соответствующих местах разные предметы одежды; правильно обращаться с пуговицами, молнией, шнурками и др.; выбирать одежду по погоде, по сезону;</p> <p>контролировать опрятность своего внешнего вида с помощью зеркала, инструкций воспитателя.</p> <p>виды деятельности и отдыха, способствующие четкой работе организма.</p>	
«Физическая культура»	Стимулировать позитивные сдвиги в организме,	• развитие речи посредством движения;	Физические упражнения, общеразвивающие

	<p>формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование функциональных возможностей организма.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений; • изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов; • формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности; • управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных игр -занятий, игр, эстафет. 	<p>упражнения на координацию движений, развитие равновесия. Подвижные игры, направленные на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми. Специальные двигательные игры -занятия, игры, эстафеты.</p>
--	--	---	---

Для успешной реализации коррекционной работы инструктором Ф.К. совместно с учителем-логопедом составлено единое перспективное планирование по всем лексическим темам. Была разработана структура коррекционной физкультурной ОД:

1. Вводные упражнения с речевым сопровождением: различные виды ходьбы в колонне для воспитания ориентировки в пространстве, в коллективе, умения планировать движения, ходить в определенном темпе; развитие артикуляции, мимики, дикции;
2. Общие развивающие упражнения с фонетической ритмикой: для воспитания речевого дыхания, напевности, автоматизации звуков в ударных слогах, темпа, ритма речи, развитие общей моторики;
3. Основные виды движений: для развития общей моторики и статической координации движений;
4. Подвижная игра: для совершенствования двигательных умений, формирования положительных форм взаимодействия между детьми, развития морально – волевых качеств личности.
5. Релаксация: для регуляции мышечного тонуса.

Так же в соответствии с лексической темой между этапами ОД выполняются пальчиковая гимнастика для развития координации движений пальцев рук и дыхательная гимнастика для

развития активного вдоха и длительного выдоха. По сути получается интегрированное занятие, где не только заметно взаимодействие педагогов, но и взаимосвязь образовательных областей: социально-коммуникативное развитие, речевое развитие, познавательное развитие, художественно – эстетическое развитие. Для реализации поставленных задач в общеразвивающих упражнениях используется физкультурный инвентарь, (в том числе нетрадиционный): кегли, гимнастические палки, косички, флажки, мячи. Для групп компенсирующей направленности речевое сопровождения на данном этапе является обязательным условием. Ритм чистоговорок помогает подчинить движения тела определенному темпу, сила голоса определяет их амплитуду и выразительность.

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ОНР:

- Развитие речевого дыхания
- Развитие речевого и фонематического слуха
- Развитие звукопроизношения
- Развитие выразительных движений
- Развитие общей и мелкой моторики
- Развитие ориентировки в пространстве
- Развитие коммуникативных функций
- Развитие музыкальных способностей.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание (в повседневной жизни; специальные меры закаливания) и движение (различные виды гимнастик, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурная ННОД).

1.2 Возрастные особенности психофизического развития детей 6-7 лет с ОНР.

Неполноценная речевая деятельность накладывает отпечаток на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сфер. Отмечается недостаточная устойчивость внимания, ограниченные возможности его распределения. При относительно сохранной смысловой, логической памяти у детей снижена вербальная память, страдает продуктивность запоминания. Они забывают сложные инструкции, элементы и последовательность заданий.

Связь между речевыми нарушениями и другими сторонами психического развития обуславливает специфические особенности мышления. Обладая в целом полноценными предпосылками для овладения мыслительными операциями, доступными их возрасту, дети отстают в развитии словесно-логического мышления, без специального обучения с трудом овладеют анализом и синтезом, сравнением и обобщением.

Наряду с соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций детям присуще и некоторое отставание в развитии двигательной сферы, которая характеризуется плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости выполнения. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесным инструкциям.

Дети с ОНР отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части, например перекатывание мяча с руки на руку, передача его с большого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием; прыжки на правой и левой ноге, ритмические движения под музыку.

Отмечаются недостаточная координация пальцев, кисти руки, недоразвитие мелкой моторики. Обнаруживаются замедленность, застревание в одной позе.

По развитию физических качеств дети с расстройствами речи отличаются от здоровых низким уровнем ловкости и быстроты. По выносливости, силе и гибкости различий не выявлено. По степени сформированности двигательных навыков дети с нарушениями речи отличаются от здоровых детей отсутствием автоматизации движений и низкой обучаемостью.

Планируемые результаты освоения программы детьми с ОНР.

Конечным результатом освоения программы по физической культуре для детей с ОНР является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

Ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни. Присутствует сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности. Происходит накопление и обогащение двигательного опыта, и овладение основными видами движения;

Седьмой год жизни.

Дети узнают новые способы перестроений и построений, разноименные, разнонаправленные, поочередные движения в общеразвивающих упражнениях, парные упражнения. Узнают новые варианты упражнений с мячами разного размера, требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату, новые спортивные игры. Правила спортивных игр. Получают сведения о рационе питания (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Сформируют представления о значении двигательной активности в жизни человека, о активном отдыхе, о пользе закаливающих процедур; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; расширят представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

5. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ВОСПИТАННИКОВ.

При успешном усвоении Программы по физическому развитию у воспитанников сформированы следующие интегративные качества:

Дети 4 лет

- Антропометрические показатели (рост, вес) в норме,
- Владеет соответствующими возрасту основными движениями,
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности,
- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях,
- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время),
- Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры,

- Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания,
- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни,
- Умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения. Готов соблюдать элементарные правила в совместных играх,
- Приучен к опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых),
- Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление,
- Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя,
- Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы,
- Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом,
- Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.,
- Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить,
- Метает предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.,
- Умеет выполнять танцевальные движения: кружиться в парах, притопывать попеременно ногами, двигаться под музыку с предметами (флажки, листочки, платочки и т. п.).

Дети 5 лет

- Антропометрические показатели (рост, вес) в норме,
- Владеет в соответствии с возрастом основными движениями,
- Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях,
- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время),
- Самостоятельно выполняет доступные гигиенические процедуры,
- Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания,
- Знаком с понятиями «здоровье» и «болезнь»,
- Имеет элементарные представления о некоторых составляющих здорового образа жизни: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены,
- Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений,
- Соблюдает элементарные правила гигиены (по мере необходимости моет руки с мылом, пользуется расческой, носовым платком, прикрывает рот при кашле),
- Обращается за помощью к взрослым при заболевании, травме,
- Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд,
- Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.,
- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу,
- Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м),
- Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку,
- Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны,
- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений,
- Умеет выполнять танцевальные движения: пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах.

Дети 6 лет:

- Антропометрические показатели (рост, вес) в норме. Владеет в соответствии с возрастом основными движениями. Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях,
- Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах,

- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время),
- Умеет самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры,
- Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания,
- Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания,
- Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания,
- Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье,
- Ориентируется в окружающем пространстве, понимает смысл пространственных отношений (вверху — внизу, впереди — сзади, слева — справа, между, рядом с, около и пр.),
- Умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу,
- Имеет навыки опрятности (замечает не порядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых),
- Сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком),
- Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье,
- Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня,
- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп,
- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа,
- Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку,
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м),
- Владеет школой мяча,
- Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие,
- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом,
- Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами,
- Умеет кататься на самокате,
- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей,
- Объясняет правила игры сверстникам,
- Выполняет поручения по расстановке физкультурного оборудования,
- Может ритмично двигаться в соответствии с характером и динамикой музыки,
- Умеет выполнять танцевальные движения (поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении).

Дети 7 лет (итоговые качества)

- Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности,
- Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни,
- Способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели,
- Может применять самостоятельно усвоенные знания и способы деятельности для решения новых двигательных задач (проблем), поставленных как взрослым, так и им самим; в зависимости от ситуации может преобразовывать способы решения задач (проблем),
- Усвоил основные культурно-гигиенические навыки (быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полоскает рот после еды, моет ноги перед сном, правильно пользуется носовым платком и расческой, следит за своим внешним видом, быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви),

- Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закаляющих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье),
- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье),
- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами,
- Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель,
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения,
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции,
- Следит за правильной осанкой,
- Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске,
- Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис),
- Умеет выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами; передавать несложный музыкальный ритмический рисунок,
- Умеет выполнять танцевальные движения (шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг).

6. ДИАГНОСТИКА психофизических качеств воспитанников 4- 7 лет.

Диагностика промежуточных результатов освоения детьми образовательной области «Физическая культура» проводится 2 раза в год (в сентябре, в мае).

Мониторинг итоговой оценки освоения детьми 7 лет образовательной области «Физическая культура» проводится по выпуску детей в школу (май).

Темп прироста физических качеств определяется улучшением количественных показателей на конец учебного года.

Прежде всего, необходимо определять темп прироста у детей с низким уровнем сформированности психофизических качеств. В зависимости от природных задатков в области двигательной сферы, индивидуальных особенностей, темпа созревания различных органов и систем, особенностей нервной системы дети могут иметь низкий уровень сформированности определенных психофизических качеств.

Таким образом, диагностируя физическую подготовленность детей, важно определить, за счет чего был достигнут прирост:

- за счет естественного роста;
- за счет увеличения естественной двигательной активности;
- за счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания;
- за счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений.

СРЕДНИЕ КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ

Показатели		Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Быстрота (бег 30м.\сек.)	М	9,2 – 7,9	8,4 – 7,6	8,0 – 7,4
	Д	9,8 – 8,3	8,9 – 7,7	8,7 – 7,3

Скоростно-силовые качества <u>Прыжок</u> в длину с места (см)	М	81,2 – 102,4	86,3 – 108,7	94,0 – 122,0
	Д	66,0 – 94,0	77,7 – 99,6	80,0 – 123,0
<u>Метание мешочка</u> с песком вдаль(см) правой рукой	М	3,9 – 5,7	4,4 – 7,9	6,0 – 10,0
	Д	3,0 – 4,0	3,3 – 4,7	4,0 – 6,8
<u>Метание мешочка</u> с песком вдаль(см) левой рукой	М	2,4 – 4,2	3,3 – 5,3	4,2 – 6,8
	Д	2,5 – 3,5	3,0 – 4,7	3,0 – 5,6
Выносливость Кол-во приседаний за 30 сек.		Учитывается рост индивидуального показателя.		
Ловкость Бег на 10 м\д стойками (сек)	М	7,2 – 5,0	5,0 – 4,5	От 4,2
	Д	8,0 – 7,0	6,0 – 5,0	От 4,5
Координация Кол-во подбрасываний и ловли мяча, не сходя с места	М	15 – 25	26 – 40	35 – 40
	Д			
Статическое равновесие (сек) Удержание равновесия, стоя на одной ноге	М	7 – 18	40 – 60	50 и выше
	Д	10 – 14	50 – 60	

ПАРАМЕТРЫ ДИАГНОСТИКИ сформированности качественных показателей физической подготовленности: Соответствует – ребенок технически правильно выполняет все или большинство движений.

Не соответствует – ребенок не владеет техникой выполнения движений.

ПАРАМЕТРЫ ДИАГНОСТИКИ количественных показателей физической подготовленности:

Превышает – средние показатели

Соответствует – средние показатели физической подготовленности

Не соответствует – ниже средних показателей физической подготовленности.

3-4 года

Предложите ребёнку выполнить некоторые основные движения.

Бег

1. Пробежать быстро 10-30 метров.
2. Бегать непрерывно в течение 50-60 секунд.

Прыжки

1. Энергично подпрыгивать на месте.
2. Прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед (2-3 м)
3. Спрыгивать с высоты 15-20 см.

Ползание, лазание

1. Ползать на четвереньках между расставленными предметами, не задевая их.
2. Подлезать под предметы высотой 40 см.
3. Лазать по гимнастической стенке.

Равновесие

1. Проходить по доске, положенной на пол; по гимнастической скамейке.
2. Перешагивать через рейки лестницы, положенной на пол.
3. Стоять на одной ноге.

Игры с мячом

1. Прокатить мяч между предметами, не задевая их.
2. Попадать мячом в предметы (расстояние 1,5м)
3. Бросать мяч о землю и ловить его.
4. Бросать мяч в горизонтальную цель (расстояние 1,5-2 м)
5. Бросать мяч вдаль правой и левой рукой (на расстояние 2,5-5 м)

4-7 лет

- Определение уровня сформированности быстроты

Бег на 30 м

Предварительная работа. На беговой дорожке (ширина – 3 м, длина – 30 м) отмечают линии старта и финиша. На расстоянии 3 м от финиша устанавливают яркий ориентир, чтобы дети не снижали скорость задолго до финишной линии.

Готовят флажок, секундомер.

Методика обследования. Инструктор по физической культуре проводит несколько разогревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног: для детей 4-5 лет – комплекс общеразвивающих упражнений «Рисуем круги».

1. «Рисуем головой». И.п. – ноги на ширине плеч, руки на поясе. Круговые движения головой в разные стороны (по четыре раза).

2. «Рисуем локтями». И.п. – ноги на ширине плеч, руки к плечам. 1-2 – круговые движения локтями вперед; 3-4 – круговые движения локтями назад (по четыре раза).

3. «Рисуем туловищем». И.п. – ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Круговые движения туловищем сначала влево, потом вправо (по три раза).

4. «Рисуем коленом». И.п. – одна нога согнута в колене, поднята и отведена в сторону, руки на поясе. 1-3 – круговое движение коленом левой (правой) ноги; 4 – вернуться в и.п. (по три раза).

5. «Рисуем стопой». И.п. – одна нога согнута в колене и поднята, руки на поясе. Вращательные движения стопой в разные стороны (по восемь раз).

После разминки детям 4-5 лет инструктор по физической культуре предлагает добежать до игрушки, а детям 6-7 лет – до яркой стойки как можно быстрее («Представьте, что вы самое быстрое животное»). Затем инструктор по физической культуре с секундомером и протоколом занимает позицию на финише и фиксирует количественные и качественные показатели. Воспитатель вызывает на старт двух детей – двух мальчиков или двух девочек (остальные дети стоят или сидят на гимнастической скамейке). На старте дети принимают удобную им позу.

Инструктор подает команды: «Внимание» (поднимает флажок), «Марш» (опускает его). На старт возвращаются шагом и делают вторую попытку.

Качественные показатели

Старший возраст

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.

2. Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед-внутри.

3. Быстрый вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 60-70 градусов).

4. Прямолинейность, ритмичность бега.

- Определение уровня сформированности скоростно-силовых качеств

1. Прыжок в длину с места.

Предварительная работа. В зале кладут мат и сбоку мелом наносят разметку (через каждые 10 см на дистанции 2 м).

Методика обследования. С целью предупреждения травм сначала проводится разминка, которая позволяет разогреть мышцы стоп, голени, бедра.

Детям 4-5 лет предлагают попрыгать, как зайчики (прыжки с продвижением вперед); дети 6-7 лет выполняют имитационное упражнение «Лыжник». «Надели одну лыжу, другую (стопы поставили параллельно на расстоянии 15 см), взяли в руки одну, вторую палку (руки согнуты в локтях), поехали (ноги полусогнуты, движение согнутых рук вперед, назад), приготовились к прыжку с трамплина (ноги параллельны, полусогнуты, руки отведены назад, туловище наклонено вперед), прыгают (полет, приземление: ноги на ширине плеч, руки впереди).

После разминки инструктор предлагает детям 4-5 лет встать около черты и перепрыгнуть через ручеек на другой берег (мат); детям 6-7 лет – встать около черты и допрыгнуть до яркой стойки. Инструктор по физической культуре, стоя рядом с разметкой, фиксирует расстояние от черты до места приземления пятками (количественные показатели), а также качественные показатели. Каждый ребенок делает три попытки.

Качественные показатели

Старший возраст

А) И.П.: ноги параллельно, на ширине ступни друг от друга; полуприседание с наклоном туловища;

руки слегка отведены назад.

Б) Толчок: двумя ногами одновременно; выпрямление ног; резкий мах руками вперед-вверх.

В) Полет: руки вперед-вверх; туловище согнуто, голова вперед; полусогнутые ноги вперед.

Г) Приземление: одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с перекатом с пятки на всю ступню; колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; руки движутся свободно вперед – в стороны; сохранение равновесия при приземлении.

2. Прыжок в высоту с места

Предварительная работа. В зале готовят измерительные ленты.

Методика обследования. Для разминки детям 5 лет предлагают попрыгать, как зайчики, на месте; у детей 6-7 лет спрашивают, какое животное самое «прыгучее», и предлагают попрыгать, как кенгуру, и дотронуться до предмета, который подвешен над головой. Измерительная лента одним концом крепится на поясе ребенка, другой конец в кассете, лежащей на полу. Прыгая вверх, ребенок вытягивает ленту из кассеты на длину прыжка. Воспитатель по физической культуре делает замер. Ребенок совершает три подскока. Лучший результат фиксируется в протоколе.

3. Бросок набивного мяча

Предварительная работа. В зале делают разметку от линии, обозначенной вдоль мата (через 50 см на расстоянии 5 м). Готовят три набивных мяча весом 500 г для детей 4-5 лет и 1000 г для детей 6-7 лет.

Методика обследования. В вводную часть для детей 4-5 лет включают ходьбу на высоких четвереньках, для детей 6-7 лет – отжимания от пола (для мальчиков – на прямых ногах, для девочек – на согнутых в коленях).

Ребенок подходит к контрольной линии, воспитатель предлагает ему добросить мяч до яркой стойки. Бросок выполняется из и.п.: ноги врозь, мяч отведен за голову как можно дальше. Ребенок совершает три броска. Лучший результат фиксируется в протоколе.

4. Метание мешочка с песком.

Предварительная работа. На спортивной площадке мелом размечают дорожку (каждые 50 см на дистанции 2 м). Готовят три мешочка с песком весом 200 г, мел.

Методика обследования. После разминки воспитатель предлагает ребенку (из и.п.: стоя, одна нога впереди, другая на расстоянии шага, рука с мешочком за головой) произвести три броска каждой рукой. Осуществляет замер после каждого броска и лучший результат заносит в протокол. В нем фиксируются количественные и качественные показатели.

Качественные показатели

Старший возраст

А) И.п.: стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая –впереди, правая – на носок; правая рука с предметом на уровне груди.

Б) Замах: а) поворот туловища вправо, сгибая правую ногу и перенеся на нее вес тела; разгибая правую руку, размашисто отвести ее вниз-в сторону; перенос веса тела на левую ногу, поворот груди в направлении броска, правый локоть - вверх.

Г) Бросок: продолжая переносить вес тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить; хлещущим движением кисти бросить предмет вдаль-вверх; в) сохранять заданное направление полета предмета.

Определение уровня сформированности выносливости.

Предварительная работа: готовят секундомер и протокол.

Методика обследования. После разминки инструктор по физической культуре предлагает детям «превратиться» в лягушек и наловить комаров.

Инструктор предлагает детям изобразить лягушку на болоте: встать в исходное положение: руки на поясе, пятки вместе, носки врозь – полностью присесть – вытянуть руки вперед, встать – руки на пояс. Чем быстрее приседаешь, тем больше «комаров» поймашь.

Определение уровня сформированности ловкости

Предварительная работа. На беговой дорожке выделяют 10-метровый отрезок: на старте – два мешочка с песком весом 200 г, на финише – стул. Для младшей группы дистанция не более 5 м.

Методика обследования. Инструктор по физической культуре дает задание – пробежать как можно быстрее между кеглями, не задев их. По команде ребенок бежит к финишу. Воспитатель, находясь на финише, фиксирует количественные показатели. Предусмотрены две попытки.

Оценка функции равновесия.

Предварительная работа. Готовят секундомер и протокол.

Методика обследования. Инструктор предлагает игровое задание: детям 4 лет надо изобразить «Паровозик» (и.п.: стопы на одной линии, пятка правой (левой) ноги касается носка левой (правой) ноги, руки вдоль туловища); детям 5 лет изобразить «Балерину» (и.п.: стоя на носках, руки на поясе); детям 6 лет изобразить «Цаплю» (и.п.: стоя на одной ноге, другая согнута, приставлена стопой к колену и отведена под углом 90 градусов). Предупреждает: тот, кто сойдет с места, выходит из игры.

Оценка координации движения

Предварительная работа. Готовят мячи диаметром 20 см.

Методика обследования. Инструктор по физической культуре предлагает детям 5-6 лет подбрасывать мяч, не сходя с места; детям 7 лет – отбивать мяч, не сходя с места.

Оценка силовых качеств.

Оценка силовых качеств проводится подсчетом количества подъемов туловища из положения лежа на спине.

Ребенок садится на мат, ноги согнуты в коленных суставах, стопы под нижней рейкой гимнастической стенки, руки на груди скрестно.

Из исходного положения ребенок ложится на спину, коснувшись плечами мата, поднимается в сед и, выпрямляя руки вперед, касается пальцами гимнастической стенки. По команде «марш!» ребенок старается делать опускание-поднимание туловища как можно быстрее на протяжении 30 секунд.

Подсчитывается число полных циклов (цикл считается завершенным, когда ребенок коснулся пальцами перекладины гимнастической стенки).

7. СПИСОК СРЕДСТВ ОБУЧЕНИЯ

Для осуществления программы в детском саду созданы определенные условия: зал для проведения физкультурной ННОД, где размещается оборудование и мелкий спортивный инвентарь; спортивная площадка для подвижных и спортивных игр, беговая дорожка, полоса препятствий.

В каждой группе выделена физкультурная зона, где размещаются гимнастические снаряды и физкультурный уголок - место хранения мелкого инвентаря, атрибутов, нетрадиционного оборудования, игрушек.

Под руководством взрослых ежедневно проводится утренняя гимнастика, физкультурная ННОД, Гимнастика пробуждения, динамические часы. Таким образом, организованной двигательной деятельности детей отводится ежедневно не менее 1,5 -2 часов.

Формами организации оздоровительной работы этой программы являются: физкультурная ННОД, самостоятельная деятельность детей, подвижные игры, утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, двигательно-оздоровительные физкультминутки, физические упражнения после дневного сна, физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами, физкультурные прогулки, физкультурные досуги, спортивные праздники, дни здоровья.

Обеспечение физкультурного зала перечнем основного оборудования

- «Дорожка здоровья» из бросовых материалов, резиновых коврик с шипами для профилактики плоскостопия и закаливания,
- тренажер «Велосипед»,
- набор для развития двигательной активности (1 шт.),

- наборы для спортивных игр: «Серсо», «Бадминтон», «Настольный теннис», «Городки»,
- самокаты (2 шт.),
- волейбольная сетка,
- баскетбольное кольцо,
- фортепиано,
- аудиоцентр,
- спортивные маты (3 шт.),
- скамейка гимнастическая (3 шт.),
- мягкие модули,
- ребристые доски,
- приставные лестницы (1 шт.),
- приставная горка (1 шт.),
- щиты-мишени навесные (2 шт.),
- дуги для подлезания (3 шт.),
- обручи на подставках (3 шт.)
- канаты (2),
- обручи пластмассовые,
- палки гимнастические,
- мячи: резиновые, мячи-массажеры, мячи-хопы, набивные мячи,
- мешочки для метания,
- коврики гимнастические,
- скакалки,
- шнуры-косички,
- гантели детские, мешочки с грузом,
- инвентарь для гимнастических упражнений (ленты, флажки и др.),
- дидактические пособия для подвижных игр, дыхательной гимнастики, имитационной гимнастики,
- нетрадиционные виды спортивного оборудования, изготовленные педагогами

Спортивная площадка:

- беговая дорожка,
- полоса препятствий,
- турники для лазания,
- лесенки для лазания.

8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ:

1. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет». – М.: ТЦ Сфера, 2009.
2. Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать»: Пособие для воспитателя дет. сада. – м.: Просвещение, 1983.
3. Вареник Е.Н «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5 – 7 лет». – М.: ТЦ Сфера, 2009.
4. Вареник Е.Н., Корлыханова З.А., Китова Е.В. «Физическое и речевое развитие дошкольников»: Взаимодействие учителя-логопеда и инструктора по физкультуре. – М.: ТЦ Сфера, 2009.
5. Головин О.В. «Нормированная двигательная активность в онтогенезе дошкольника»: Монография. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2003.
6. Голомидова С.Е. «Физкультура. Нестандартные занятия»\ Подготовительная группа. – Волгоград: ИТД «Корифей», 2005.
7. Гришин В.Г. «Игры с мячом и ракеткой»: Пособие для воспитателя ст. групп дет. сада. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Просвещение, 1982.
8. Гришков В.И. «Детские подвижные игры» - Новосибирск: Новосибирское книжное изд-во, 1992.
9. Кенеман А.В. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста», изд. 2-е испр. И доп. – М.: Просвещение, 1978.
10. Китова Е.В. «Физическое и речевое развитие дошкольников»: Взаимодействие учителя-логопеда и инструктора по физкультуре. – М.: ТЦ Сфера, 2009.
11. Ковалько В.И. «Азбука физкультминуток для дошкольников: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр». – М.: ВАКО, 2005.
12. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): программно-методическое пособие. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2000.
13. Лифиц Е.А. «Развитие речи, движения и мелкой моторики. Комплексные занятия»: Практическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2010.
14. Маханева М.Д. «Воспитание здорового ребенка», М.: Аркти, 1997.
Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях детского сада / Л.В. Кочеткова. – М.: МДО, 1999.
15. Муравьев В.А. «Воспитание физических качеств детей дошкольного возраста»: Методическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2004.
16. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду». (Вторая младшая группа, Средняя группа, Старшая группа, Подготовительная группа.) Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.
17. Рунова М.А «Двигательная активность ребенка в детском саду». - М.: Мозаика - Синтез, 2003.
18. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». М., Мозаика-Синтез, 2005.
19. Степаненкова Э.Я. «Методика физического воспитания». М. Издательский дом «Воспитание дошкольника».2005.
20. Фомина А.И. «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду: Пособие для воспитателя подгот. к школе группы», 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1984.
21. Широкова Г.А. «Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении». – Ростов н/Д.: Феникс, 2009.
22. Щетинин М.Н. «Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей», 2-е изд., испр. – М.: Айрис-пресс, 2008.