

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Зыковский детский сад»**

**Развернутое - комплексно тематическое планирование
непосредственно образовательной деятельности
в области «Физическое развитие»**

**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА
2024-2025 учебный год**

**Инструктор по физической культуре
Гумберг Наталья Владимировна**

месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
сентябрь	<i>Тема недели:</i> 2-6 сентября Скоро в школу мы пойдем. День знаний.	<i>Тема недели:</i> 9-14 сентября Осень в лесу. Грибы.	<i>Тема недели:</i> 16-20 сентября Осенняя страда. Праздник урожая.	<i>Тема недели:</i> 23-27 сентября Осень в стихах и картинах.
	НОД 1-2	НОД 3-4	НОД 5-6	НОД 7-8
Задачи	Формировать навык: ходьбы и бега колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; в ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу; в сохранении равновесия на повышенной опоре. Развивать точность при переброске мяча, координацию движений в прыжке с доставанием до предмета, при перешагивании через предметы. Закрепить умения: в перебрасывании мяча и подлезании под шнур; в переползании через скамейку; прыжках на двух ногах.			
Планируемые результаты: выполняют ходьбу и бег в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на двух ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: двумя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их				
Виды интеграции образовательных областей: <i>Физическое развитие:</i> проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу <i>Социализация:</i> Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня, формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры, убирать спортивный инвентарь при проведении физических упражнений. <i>Познавательное развитие:</i> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> вводить элементы ритмической гимнастики: проводить игры и упражнения под музыку.				
Виды детской деятельности				
1 часть Вводная	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.			
2 часть ОРУ	Без предметов №1	С мячом №1	Без предметов №2	С гантелями №1

ОВД	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом).</p> <p>2. Прыжки с места на мат (через набивные мячи)</p> <p>3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы)</p> <p>4. Ползание на животе по гимнастической скамейке</p>	<p>1. Прыжки с поворотом «кругом», доставанием до предмета.</p> <p>2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель</p> <p>3. Пролезание в обруч разноименными способами, под шнур</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове</p>	<p>1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа</p> <p>2. Перебрасывание мяча через сетку</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки</p> <p>4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками</p> <p>2. Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке</p> <p>3. Прыжки с места</p> <p>4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую</p> <p>5. Упражнение «крокодил»</p>
Подвижные игры	<p>п/и «Хитрая лиса»</p> <p>п/и «Быстро возьми, быстро положи»</p>	<p>п/и «Охотники и утки»</p> <p>п/и «Два Мороза»</p>	<p>п/и «Перемени предмет»</p> <p>п/и «Повара и котята»</p>	<p>п/и «Жмурки»</p> <p>п/и «Совушка»</p>
3 часть Малоподвижные игры	<p>М/п игра «Море волнуется»</p> <p>Мимическая гимнастика «Облака» (К)</p>	<p>М/п игра «Найди, что спрятано»</p>	<p>М/п игра «Вершки – корешки»</p>	<p>М/п игра «Затейники»</p> <p>М/п игра «Развернем круг»</p>

месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
октябрь	НОД 9-10	НОД 11-12	НОД 13-14	НОД 15-16
	<i>Тема недели: 30-4 октября «Быть здоровыми хотим»</i>	<i>Тема недели: 7-11 октября Азбука безопасности</i>	<i>Тема недели: 14-18 октября По странам и континентам</i>	<i>Тема недели: 21-25 октября По странам и континентам</i>
Задачи	Закрепить навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бег между линиями. Упражнять в сохранении равновесия; прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки, переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений			
<p>Планируемые результаты: ходят и бегают в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал, ходят по гимнастической скамейке прямо, приставным шагом, боком, с приседанием, на носках; бросают мяч двумя руками от груди, передают друг другу из-за головы, ползают по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису. Выполняют физические упражнения под музыку, согласуя ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируя освоенную культуру движений в различных видах деятельности; стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результата, испытывают интерес к физической культуре. Участвуют в играх с элементами спорта.</p>				
<p>Виды интеграции образовательных областей: <i>Физическое развитие:</i> проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух). <i>Социализация:</i> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимнастики, зависимость здоровья от правильного питания, учить следить за чистотой спортивного инвентаря. <i>Познавательное развитие:</i> развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> продолжать вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку</p>				
Виды детской деятельности				
1 часть Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут			
2 часть ОРУ	С гимнастической палкой №1	Без предметов №3	С мячом №2	Без предметов №4
ОВД	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между ног	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком.	1. Ходьба по узкой скамейке 2. Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед 3. Перебрасывание мяча друг другу

	ноги и хлопок под ней 3 Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком	3 Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4.Лазание по гимн стенке	3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч	на ходу 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису
Подвижные игры	п/и «Чье звено скорее соберется?» п/и «Ловишка с мячом»	п/и «Ловишка за ленты» п/и «Кто скорее докатит обруч до флажка»	п/и «Бездомный заяц» п/и «Зайцы в огороде»	п/и «Жмурки» п/и «Два Мороза»
3 часть Малоподвижные игры	М/п игра «Подойди не слышно» Релаксация	Ходьба с заданием для рук Оздоровительное упражнение для горла «Лошадка» (К)	М/п игра «Пройди – не задень» М/п игра «Найди ошибку» (К)	Ходьба по «Апельсиновой дорожке» (профилактика плоскостопия)

месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
ноябрь	<i>Тема недели:</i> 28-2 ноября День народного единства	<i>Тема недели:</i> 5-8 ноября Они прославили Россию	<i>Тема недели:</i> 11-15 ноября Музеи России	<i>Тема недели:</i> 18-22 ноября Быть воспитанным хочу
	НОД 17-18	НОД 19	НОД 20	НОД 21-22
Задачи	Формировать навык ходьбы по канату; прыжкам через короткую скакалку; бросанию мешочков в горизонтальную цель. Упражнять в энергичном отталкивании в прыжках; подползании под шнур; прокатывании обручей; ползании по скамейке с мешочком на голове; равновесии. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой», между предметами			
<p>Планируемые результаты: испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности, лазают по гимнастической стенке разноименным способом, в разных направлениях, ходят по гимнастической скамейке прямо, боком приставным шагом; с перешагиванием через предметы, с поворотом, с приседаниями, на носках, с мешочком на голове выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой, проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно используют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах, достигают успеха в установлении вербальных и невербальных контактов со взрослыми и детьми в различных видах деятельности и общении; участвуют в играх с элементами спорта.</p>				
<p>Виды интеграции образовательных областей: <i>Физическое развитие:</i> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <i>Социализация:</i> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность, формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега враспынную, следить за опрятностью своей физической формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование. <i>Познавательное развитие:</i> ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз). <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>				
1 часть Вводная	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал			
2 часть ОРУ	С гимнастической палкой №2	Без предметов №4	С мячом №3	С обручем №1
ОВД	1. Прыжки через скамейку 2. Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе	1. Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат.

	<p>набивной мяч</p> <p>4. Бег по наклонной доске</p>	<p>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях</p> <p>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове</p>	<p>3. Прыжки с места на мат,</p> <p>4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</p>	<p>3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя</p> <p>4. Лазание по гимн. стенке разноименным способом</p>
Подвижные игры	<p>п/и «Догони свою пару»</p> <p>п/и «День, ночь, огонь, вода»</p>	<p>п/и «Ловишка с ленточкой»</p> <p>п/и «Краски»</p>	<p>п/и «Ловля обезьян»</p> <p>п/и «Горелки»</p>	<p>п/и «Жмурки»</p> <p>п/и «Мы веселые ребята»</p> <p>п/и «Коршун и наседка»</p>
3 часть Малоподвижные игры	<p>М/п игра «Съедобное-несъедобное»</p> <p>Мимическая разминка «Почистим зубы» (К)</p>	<p>М/п игра «Затейники»</p> <p>Мимическая гимнастика «Облака» (К)</p>	<p>М/п игра «Запрещенное движение»</p> <p>Гимнастика маленьких волшебников «Массаж живота» (К)</p>	<p>Ходьба по «Апельсиновой дорожке» (профилактика плоскостопия)</p> <p>М/п игра «Веселая геометрия» (назови круглые предметы)</p> <p>М/п игра «Найди, что спрятано»</p> <p>М/п игра «Развернем круг»</p>

месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
декабрь	НОД 23-24	НОД 25-26	НОД 27-28	НОД 29-30
	<i>Тема недели:</i> 25-29 ноября Край родной, навек любимый (90 лет)	<i>Тема недели:</i> 2-6 декабря Край родной, навек любимый (90 лет)	<i>Тема недели:</i> 9-13 декабря Здравствуй, зимушка - зима	<i>Тема недели:</i> 16-20 декабря Новый год в разных странах
Задачи	Закреплять навыки и умения ходьбы с выполнением задания по сигналу, бега с преодолением препятствий, парами, перестроения с одной колонны в две и три; соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять в прыжках при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах, переползании по гимнастической скамейке.			
Планируемые результаты: ходят по гимнастической скамейке с перешагиванием через 5-6 набивных мячей, с приседаниями по середине скамейки с хлопком руками; метание набивного мяча, метают мешочки вдаль правой и левой рукой, прыгают на двух ногах из обруча в обруч, имеют представления о необходимости движений и регулярных занятиях физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, выносливость, ловкость соблюдения элементарных правил, самостоятельно расширяют представления о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости здорового образа жизни, используя форму речи- доказательства.				
Виды интеграции образовательных областей: <i>Физическое развитие:</i> проводить комплекс закаливающих процедур (прогулка на свежем воздухе), формировать гигиенические навыки (проветривание помещения перед началом игровой и физкультурной деятельности), следить за осанкой при ходьбе; <i>Социализация:</i> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека, поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения, учить технике безопасного выполнения прыжков из обруча в обруч, следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование.				
Виды детской деятельности				
1 часть Вводная	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.			
2 часть ОРУ	Без предметов №1	С мячом №4	Без предмета №2	С гимнастическими палками №3
ОВД	1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием 3. Метание набивного мяча вдаль	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической	1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание в цель 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь

	4.Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Подбрасывание малого мяча вверх и ловля его после отскока от пола. 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)	скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	(кошечка) и с мешочком на спине
Подвижная игра	п/и «Лягушка и Аист» п/и «Разноцветные мячи»	п/и «Два мороза» п/и «Не попадись»	п/и «волк во рву» п/и «Белые медведи»	п/и «Кого назвали тот ловит мяч» П/и игра «Мороз-Красный нос»
3 часть Малоподвижные игры	М/п игра «Подойди не слышно» Массаж спины «Живые горчичники» (К)	Назвать зимние виды спорта Релаксация	Ходьба с заданием для рук М/п игра «Назови детенышей»	М/п игра «Пройди – не задень» Гимнастика маленьких волшебников «Массаж рук» (К)

месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Январь-февраль	<i>Тема недели:</i> 23-28 декабря Новогодние хлопоты	<i>Тема недели:</i> 9-10, 13-17 января Народная культура и традиции	<i>Тема недели:</i> 20-24 января Зимняя лаборатория	<i>Тема недели:</i> 27-31 января Зимние виды спорта
	НОД 30-32	НОД 33, 34-35	НОД 36-37	НОД 38-39
Задачи	Формировать навык: ходьбы приставным шагом, прыжков в длину с места на мягкое покрытие, метанию набивного мяча. Закрепить умения: перестроение из одной колонны в две по ходу движения, переползание по скамейке. Развивать ловкость и координацию в упражнениях с мячом, навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу, умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить упражнения на равновесие на гимнастической стенке, прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед.			
Планируемые результаты: ходят приставным шагом вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по два в разных направлениях; по прямой, с поворотами; «змейкой», в рассыпную, по гимнастической скамейке, по наклонной доске, прыгают через короткую скакалку с продвижением вперед; выполняют правильно все виды основных движений; проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах, сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности, проявляют активность при участии в подвижных играх, выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки.				
Виды интеграции образовательных областей: <i>Физическое развитие:</i> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности, приучать к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь, поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, учить правильно, подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. <i>Социализация:</i> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. <i>Познавательное развитие:</i> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта. <i>Художественно-эстетическое развитие:</i> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки.				
Виды детской деятельности				
1 часть Вводная	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег «змейкой», по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени, с выполнением заданий, челночный бег			
2 часть ОРУ	Без предметов №2	С гантелями №1	Без предметов №3	С мешочками №1
ОВД	1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения стоя на коленях	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком 3. Прыжки в высоту	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки

	(правой и левой) 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине) 4. Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)	с места «Достань до предмета» 4. Перебрасывание мяча снизу друг другу 5. Кружение парами	2. Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком.
Подвижные игры	п/и «Горелки» п/и «Стоп» (К)	п/и «Ловишка с мячом» п/и «Кто самый меткий»	п/и «Охотники и звери» Эстафета «Кто быстрее докатит обруч до флажка»	п/и «Ловишка с мячом» п/и «День, ночь, вода, огонь»
3 часть Малоподвижные игры	М/п игра «Затейники» Мимическая разминка «Спать хочется» (К)	Ходьба по «Апельсиновой дорожке» (профилактика плоскостопия)	М/п игра «Запрещенное движение» Мимическая гимнастика «Облака» (К)	М/п игра «Развернем круг» Релаксация

месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Февраль-март	<i>Тема недели:</i> 3-7 февраля Научные открытия	<i>Тема недели:</i> 12-16 февраля Арктика и Антарктика.	<i>Тема недели:</i> 10-14, 17-21 февраля Будем в армии служить	<i>Тема недели:</i> 24-28 февраля Виды искусств
	НОД 40-41	НОД 42-43	НОД 44-45, 46-47	НОД 48-49
Задачи	Закрепить навык в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу, прыжках и бросании малого мяча, ходьбе и беге с изменением направления, ползании по гимнастической скамейке, ходьбе и беге между предметами, пролезании между рейками, перебрасывании мяча друг другу. Закреплять упражнения в сохранении равновесия, правильную осанку при ходьбе на повышенной площади опоры, умение энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия, пролезание в обруч, ходьбу со сменой темпа движения. Развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель			
<p>Планируемые результаты: ходят с изменением направления, между предметами, в рассыпную, перестраиваются в две и три колонны; ходят с остановкой по сигналу узнают о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдают правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеют техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знают значение и выполняют команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; участвуют в играх с элементами спорта, считаются с интересами и мнением других в игре; используют подвижные игры; деятельности разнообразные по содержанию умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.</p>				
<p>Виды интеграции образовательных областей: <i>Физическое развитие:</i> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><i>Социализация:</i> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр. <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность, формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами, учить правильно, подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.</p> <p><i>Познавательное развитие:</i> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз.</p>				
Виды детской деятельности				
1 часть Вводная	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий			
2 часть ОРУ	С гимнастической палкой №4	С гантелями №1	Без предметов №4	С мячом №1
ОВД	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча правой и левой рукой	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе,	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на

	4. Ползание по пластунски до обозначенного места	подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног 4. Прыжки в высоту	баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Перебрасывание набивных мячей	месте и в движении 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	п/и «Мы веселые ребята» п/и «Перелет птиц»	п/и «Чья команда быстрее соберется» п/и «Ловля обезьян»	п/и «Жмурки» Эстафета «Дорожка препятствий»	п/и «Третий лишний» Эстафета «Чья команда забросит в корзину больше мячей».
3 часть Малоподвижные игры	Ходьба с заданием для рук Релаксационные упражнения «Тепло-холодно»	М/п игра «Найди, что спрятано»	М/п игра «Съедобное-несъедобное» Релаксация	М/п игра «Развернем круг»

месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Март	<i>Тема недели:</i> 3-7 марта Женский день – 8 марта	<i>Тема недели:</i> 10-14 марта Весна-красна	<i>Тема недели:</i> 17-21 марта Театральная весна	<i>Тема недели:</i> 24-28 марта Театральная весна
	НОД 50-51	НОД 52-53	НОД 54-55	НОД 56-57
Задачи	Формировать навык вращения обруча на руке и на полу. Закреплять навыки ходьбы и бега в чередовании, перестроение в колонну по одному и по два в движении, лазание по гимнастической стенке. Упражнять в сохранении равновесия, энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, беге до 2 минут, ведении мяча ногами. Развивать координацию движений в упражнениях с мячом, ориентировку в пространстве, глазомер и точность попадания при метании.			
Планируемые результаты :выполняют правильно все виды движений: ходят в сочетании с другими видами движений, пролезают в обруч разными способами, лазают и метают; активно двигают кистями рук при броске, соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; умеют перестраиваться в пространстве; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека.				
Виды интеграции образовательных областей: <i>Физическое развитие:</i> рассказывать о пользе закаливания, расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух). <i>Социализация:</i> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами, во время прыжков из обруча в обруч, учить правильно, подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. <i>Познавательное развитие:</i> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз.				
Виды детской деятельности				
1 часть Вводная	Перестроение в колонне по одному и по двое, ходьба и бег враспынную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
2 часть ОРУ	С мешочками №2	С обручем №2	С мячом №2	Без предмета №1
ОВД	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных положений 3. Прыжки из обруча в обруч	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной 2 Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом

	4. Подлезание в обруч разными способами 5. Вращение обруча на полу.	гимнастической скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур. 5. Вращение обруча на руке.	медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	
Подвижные игры	п/и «Караси и щука» п/и «Найди себе пару»	п/и «Пустое место» п/и «Гори, гори ясно»	п/и «Ловишка с ленточками»	п/и «Третий лишний» п/и «День, ночь, вода, огонь»
3 часть Малоподвижные игры	М/п игра «Море волнуется»	Ходьба по «Апельсиновой дорожке» (профилактика плоскостопия)	М/п игра «Подойди не слышно»	М/п игра «Затейники» Оздоровительное упражнение для горла «Смешинка» (К)

месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
апрель	<i>Тема недели: 31 – 4 апреля</i> Книжкаина неделя	<i>Тема недели: 7-11 апреля</i> Покорители вселенной	<i>Тема недели: 14-18 апреля</i> Улыбайся, планета	<i>Тема недели: 21-25 апреля</i> Неделя музыки и танца
	НОД 58-59	НОД 60-61	НОД 62-63	НОД 64-65
Задачи	Формировать умение: ходить парами по ограниченной площади опоры, ходьбе по кругу во встречном направлении «Улитка». Закрепить навык: ходьбы с изменением направления, бега с высоким подниманием бедра, ведения мяча в прямом направлении, лазанье по гимнастической стенке одноименным способом, прыжка в длину с разбега. Повторить прыжки с продвижением вперед, ходьба и бег с ускорением и замедлением, ползание по гимнастической скамейке, ходьба по канату с сохранением равновесия.			
<p>Планируемые результаты: выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции, знают о пользе закаливания и проявляют интерес к выполнению закаливающих процедур; прыгают через короткую и длинную скакалку, соблюдают правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры, интересуются физической культурой. спортивными играми отдельными достижениями в области спорта, участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации самостоятельной двигательной деятельности, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их результаты; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках.</p>				
<p>Виды интеграции образовательных областей: <i>Физическое развитие:</i> рассказывать о пользе закаливания, расширять представления о важных компонентах здорового образа жизни (солнце, движение, воздух). <i>Социализация:</i> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами, ходьбы по гимнастической скамейке, учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. <i>Познавательное развитие:</i> развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве.</p>				
Виды детской деятельности				
1 часть Вводная	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, ходьба в два круга во встречном направлении –«Улитка»; бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево; перестроение в две шеренги по расчету на первый-второй.			
2 часть ОРУ	С обручем №3	С гимнастической палкой №1	Без предметов № 2	С гантелями №1
ОВД	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на	1. Ходьба по скамейке спиной вперед	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове,

	<p>перед собой на каждый шаг и за спиной</p> <p>2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура</p> <p>3. Переброска мячей в шеренгах</p> <p>4. Вис на гимнастической стенке</p>	<p>голове</p> <p>2. Пролезание в обруч боком</p> <p>3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями</p> <p>4. Прыжки через короткую скакалку</p>	<p>2. Прыжки в длину с разбега</p> <p>3. Метание вдаль набивного мяча</p> <p>4. Прокатывание обручей друг другу</p> <p>5. Ходьба по канату с сохранением равновесия.</p>	<p>руки на поясе через предметы</p> <p>2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками.</p> <p>3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет</p> <p>4. Прыжки через длинную скакалку.</p>
Подвижные игры	<p>п/и «Мы веселые ребята»</p> <p>п/и «Космонавты» (К)</p>	<p>п/и «Ловишка с мячом»</p> <p>п/и «Почта» (К)</p>	<p>п/и «Паук и мухи»</p> <p>п/и «Паук» (К)</p>	<p>п/и «Перелет птиц»</p> <p>п/и «Голубки» (К)</p>
3 часть Малоподвижные игры	<p>Ходьба с заданием для рук</p> <p>Мимическая гимнастика «Облака» (К)</p>	<p>М/п игра «Запрещенное движение»</p> <p>Релаксационные упражнения «Тепло-холодно»</p>	<p>М/п игра «Съедобное-несъедобное»</p> <p>Оздоровительное упражнение для горла «Змеиный язычок» (К)</p>	<p>М/п игра «Найди ошибку» (К)</p> <p>Релаксация</p>

месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
май	<i>Тема недели:</i> 28-30 апреля 9 мая - День Победы	<i>Тема недели:</i> 5-7 мая 9 мая - День Победы	<i>Тема недели:</i> 12-16 мая Время веселых игр	<i>Тема недели:</i> 19-23, 26-30 мая До свидания детский сад!
	НОД 66-67	НОД 68-69	НОД 70-71	НОД 72-73, 74-75
Задачи	Формировать умение: бег на скорость, бегать со средней скоростью до 100 м. Упражнять в прыжках в длину с разбега, перебрасывании мяча в шеренгах, равновесии в прыжках, забрасывании мяча в корзину двумя руками. Повторять упражнение «Крокодил», прыжки через скакалку, ведение мяча.			
<p>Планируемые результаты: согласуют ритм движений с музыкальным сопровождением; бегают со средней скоростью и на скорость; могут перебрасывать набивные мячи (вес 1кг); упражняются в статическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений; участвуют в играх с элементами спорта; сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; испытывают потребность в ежедневной двигательной активности; имеют представление о правилах и видах закаливания, пользе пребывания на воздухе; развивают физические качества: силу, быстроту, выносливость, гибкость.</p>				
<p>Виды интеграции образовательных областей: <i>Физическое развитие:</i> рассказывать о пользе закаливания, расширять представления о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух). <i>Социализация:</i> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). <i>Социально-коммуникативное развитие:</i> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность в процессе двигательной активности, формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами, убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий. <i>Познавательное развитие:</i> расширять кругозор детей о Великой Отечественной войне</p>				
Виды детской деятельности				
1 часть Вводная	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			
2 часть ОРУ	С обручем № 4	С мешочками № 3	Без предметов №3	С мешочками № 4
ОВД	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через	Проведение диагностических процедур	Проведение диагностических процедур

		скакалку		
Подвижные игры	п/и «Ловишка с ленточками» п/и «Меткий стрелок» (К)	п/и «Не оставайся на полу» п/и «Найди себе пару»	п/и «Удочка» п/и «Жмурки с колокольчиком»	п/и «Голубки» (К) п/и «Где мы были мы не скажем, а что делали покажем»
3 часть Малоподвижные игры	Ходьба по «Апельсиновой дорожке» (профилактика плоскостопия) М/п игра «Развернем круг»	М/п игра «Запрещенное движение» Гимнастика маленьких волшебников «Массаж ног» (К)	М/п игра «Найди, что спрятано» М/п игра «Необычный художник» (выложить фигуру из цветных палочек)	М/п игра «Море волнуется» Релаксация